

# Gebackener Hirtenkäse an Tomatengemüse mit Kalamata Oliven, Knoblauchfladenbrot und Salat

Vegetarisch 35 – 45 Minuten • 3007 kJ/719 kcal • Tag 3 kochen



Hirtenkäse



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Mini-Fladenbrot



Frühlingszwiebel



Tomate



Balsamico-Crème



Rucola



Kalamata-Oliven



Gewürzmischung  
„Hello Mezze“



rote Spitzpaprika



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Olivenöl\*, Salz\*, Pfeffer\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Was Du benötigst

1 Auflaufform, 1 Backblech mit Backpapier und große 1 Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hirtenkäse <b>7)</b>	150 g	200 g	300 g
rote Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Mini-Fladenbrot <b>3) 15)</b>	150 g	300 g	300 g
Frühlingszwiebel <b>DE   EG   IT</b>	1	1	2
Tomate <b>DE</b>	3	4	6
Balsamico-Crème <b>14)</b>	12 g	12 g	24 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Kalamata-Oliven	70 g	70 g	140 g
Gewürzmischung „Hello Mezze“	2 g	3 g**	4 g
rote Spitzpaprika <b>NL   ES</b>	1	2	2

Olivenöl\* Angaben im Text  
Salz\*, Pfeffer\* nach Geschmack

\*Gut, im Haus zu haben

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 500 g)
Brennwert	598 kJ/143 kcal	3007 kJ/719 kcal
Fett	8,64 g	43,42 g
– davon ges. Fettsäuren	1,52 g	7,63 g
Kohlenhydrate	10,68 g	53,69 g
– davon Zucker	2,67 g	13,44 g
Eiweiß	5,59 g	28,09 g
Salz	0,909 g	4,570 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **3)** Sesam **7)** Milch (einschließlich Laktose) **14)** Schwefeldioxid und Sulfite **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien **IT:** Italien



## Käse marinieren

Heize den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vor.

**Hirtenkäse** in eine Auflaufform geben.

**Knoblauch** abziehen und die Hälfte fein hacken.

**Hirtenkäse** mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl\***, **Gewürzmischung „Hello Mezze“**, gehacktem **Knoblauch** und 1 Prise **Pfeffer\*** marinieren.



## Für den Salat

Gebackenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** unterrühren.

Im letzten Moment **Rucola** unter das **Ofengemüse** heben. Nach Geschmack noch mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

Das Backblech brauchst du noch.



## Für die Paprika

**Zwiebel** abziehen, halbieren und in dicke Streifen schneiden.

**Spitzpaprika** halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

**Paprikastreifen** und **Zwiebelstreifen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.

Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und 10 – 15 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.



## Brot aufbacken

**Mini-Fladenbrot** in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

**Fladenbrot**scheiben auf dem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl\*** bestreichen.

In den letzten 5 Min. der Hirtenkäse-Backzeit **Brot**scheiben mit in den Ofen geben und knusprig aufbacken. Anschließend aus dem Ofen nehmen und mit dem restlichen **Knoblauch** einreiben. Mit 1 Prise **Salz\*** würzen.



## Käse backen

**Tomate** halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

Weiß- und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.

**Kalamata-Oliven** grob hacken.

**Tomatenwürfel**, gehackte **Oliven** und **weiße Frühlingszwiebelringe** um den **Hirtenkäse** herum verteilen und für 20 Min. in den Backofen geben, bis die **Tomatenwürfel** sehr weich sind.



## Anrichten

Gebackenen **Hirtenkäse** mit **Ofengemüse** auf Teller verteilen.

Mit grünen **Frühlingszwiebelringen** bestreuen und zusammen mit **Salat** und **Knoblauchbrot** genießen.

## Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:  
Lade Deine Freunde jetzt mit  
einem frischen Einstiegsrabatt von  
mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

