

# Orzo mit selbst gemachtem Calabrese Pesto verstecktem Gemüse und grossem Käsechip

Family Vegetarisch 25 – 35 Minuten • 731 kcal • Tag 3 kochen

17



Orzo-Nudeln



Portobello-Pilze



rote Spitzpeperoni



Zwiebel



Basilikum



Zitrone, gewachst



Frischecreme



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gewürzmischung  
„Hello Paprika“



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



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Pfeffer\*, Wasser\*, Olivenöl\*, Öl\*, Salz\*, Gemüsebouillonpulver\*, Butter\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 hohes Rührgefäss, 1 Stabmixer und 1 grosse Bratpfanne mit Deckel

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Orzo-Nudeln <b>15)</b>	1 x 180 g	1 x 360 g
Portobello-Pilze	1 x 150 g	1 x 300 g
rote Spitzpeperoni	2 x 100 g	4 x 100 g
Zwiebel	1 x 100 g	2 x 100 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
Zitrone, gewachst	1 x 90 g**	1 x 90 g
Frischecreme <b>7)</b>	1 x 150 g	1 x 200 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7) 8)</b>	1 x 40 g	2 x 40 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	1 x 4 g	2 x 4 g

\*\*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. 660 g)
Brennwert	464 kJ/ 111 kcal	3056 kJ/ 731 kcal
Fett	4.9 g	32.3 g
– davon ges. Fettsäuren	2.3 g	15.4 g
Kohlenhydrate	11.9 g	78.7 g
– davon Zucker	2.4 g	15.6 g
Eiweiss	4.3 g	28.1 g
Salz	0.27 g	1.79 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:** 7) Milch (einschliesslich Laktose) 8) Eier 15) Weizen

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



## 1 Spitzpeperoni backen

Erhitze 360 ml [720 ml] **Wasser** im Wasserkocher.

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

**Spitzpeperoni** halbieren, entkernen und in je 3 Stücke teilen.

**Peperoni** auf einem mit Backpapier belegten Backblech geben und mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen.

Die Hälfte des **Hartkäses** daneben in 2 [4] flache Häufchen aufteilen und im Ofen 10 – 12 Min. backen, bis die **Peperoni** weich und bis die **Chips** goldbraun sind.



## 4 Für das Calabrese Pesto

Backblech aus dem Ofen nehmen. **Käsechips** darauf abkühlen lassen.

Währenddessen **Basilikumblätter** von Stiel abzupfen.

**Zitrone** in 6 Spalten schneiden.

**Peperonistücke**, „Hello Paprika“, die Hälfte der **Basilikumblätter**, restlichen **Hartkäse** und **Soft** aus 1 [2] **Zitronenspalte** in ein hohes Rührgefäss geben und mithilfe eine Pürierstabs glatt pürieren.

**Calabrese Pesto** mit **Salz\***, **Pfeffer\*** und nach Belieben mit etwas **Zitronensaft** abschmecken.



## 2 Währenddessen

**Zwiebel** halbieren und grob hacken.

**Portobellos** fein hacken.



## 3 Orzo garen

In einer grossen Bratpfanne mit Deckel 1 EL [2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Zwiebel** und **Portobello** darin 4 – 6 Min. scharf anbraten.

**Orzo** in die Bratpfanne geben und mit 360 ml [720 ml] heissem **Wasser\*** und 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver\*** ablöschen. Umrühren und abgedeckt für 12 – 15 Min. auf mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die **Orzo-Nudeln** gar sind.



## 5 Orzo vollenden

Sobald die **Orzo-Nudeln** gar sind, das **Calabrese Pesto**, die Hälfte der **Frischecreme** und 1 EL [2 EL] **Butter\*** untermengen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 Anrichten

Restliche **Basilikumblätter** in feine Streifen schneiden.

**Orzo-Nudeln** auf Teller verteilen und nach Belieben mit restlicher **Frischecreme** und **Basilikum** toppen.

Mit **Käsechips** garnieren und geniessen.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über <http://www.hellofresh.ch/freunde> ein!





# Orzo with home-made calabrese pesto

hidden vegetables and jumbo cheese chip

Family Vegetarian 25–35 minutes • 731 kcal • Cook on day 3

17



Orzo pasta



Portobello mushrooms



Red pointed peppers



Onion



Basil



Waxed lemon



Vegan cream cheese



Grated Italian-style hard cheese



“Hello Paprika” spice mix



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



# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## Basics from your kitchen\*

Pepper\*, water\*, olive oil\*, oil\*, salt\*, vegetable stock powder\*, butter\*

## Cooking utensils

1 baking tray with baking paper, 1 tall mixing bowl, 1 hand blender and 1 large frying pan with lid

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Orzo pasta <b>15</b>	1 x	180 g	1 x	360 g
Portobello mushrooms	1 x	150 g	1 x	300 g
Red pointed peppers	2 x	100 g	4 x	100 g
Onion	1 x	100 g	2 x	100 g
Basil	1 x	10 g**	1 x	10 g
Waxed lemon	1 x	90 g**	1 x	90 g
Vegan cream cheese <b>7</b>	1 x	150 g	1 x	200 g
Grated Italian-style hard cheese <b>7</b> <b>8</b>	1 x	40 g	2 x	40 g
“Hello Paprika” spice mix	1 x	4 g	2 x	4 g

\*\*Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

## Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 660 g)
Calories	464 kJ/111 kcal	3056 kJ/731 kcal
Fat	4.9 g	32.3 g
– of which saturated fats	2.3 g	15.4 g
Carbohydrate	11.9 g	78.7 g
– of which sugar	2.4 g	15.6 g
Protein	4.3 g	28.1 g
Salt	0.27 g	1.79 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

**Allergens:** **7** Milk (including lactose) **8** Eggs **15** Wheat

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)



## Bake the peppers

Heat 360 ml [720 ml] water in the kettle.

Preheat the oven to 200 °C top/bottom heat (180 °C fan oven).

Halve and core the pointed peppers and cut each half into 3 pieces.

Put the peppers on a baking tray lined with baking paper and mix with 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\*, salt\* and pepper\*.

Divide half of the hard cheese into 2 [4] flat heaps alongside and bake for 10–12 min. until the peppers are soft and until the cheese chips are golden brown.



## For the calabrese pesto

Remove the tray from the oven. Let the cheese chips cool down on it.

Meanwhile, pluck the basil leaves from the stems.

Cut the lemon into 6 wedges.

Put the peppers, “Hello Paprika”, half of the basil leaves, the remaining hard cheese and the juice of 1 [2] lemon wedges into a tall mixing bowl and mix with a hand blender until smooth.

Season the calabrese pesto with salt\*, pepper\* and a little lemon juice to taste.



## Meanwhile

Halve and coarsely chop the onion.

Finely chop the portobello mushrooms.



## Finish the orzo

When the orzo is cooked, mix in the calabrese pesto, half of the vegan cream cheese and 1 tbsp [2 tbsp.] butter\*. Season with salt\* and pepper\*.



## Cook the orzo

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan with a lid. Fry the onions and Portobello mushrooms on a high heat for 4–6 min.

Add the orzo to the pan and deglaze with 360 ml [720 ml] water\* and 4 g [8 g] vegetable stock powder\*. Stir, cover and simmer on medium heat for 12–15 min. until the orzo is cooked.



## Serve

Cut the remaining basil leaves into thin strips. Apportion the orzo onto plates and top with the remaining vegan cream cheese and basil. Garnish with the cheese chips and enjoy.

## Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at [www.hellofresh.ch/freunde!](http://www.hellofresh.ch/freunde!)





# Orzo au pesto maison à la calabraise, légumes cachés et grande tuile au fromage

Famille Végétarien 25 – 35 minutes • 731 kcal • Cuisiner au 3e jour



17



Pâtes Orzo



Champignons Portobello



Poivron long rouge



Oignon



Basilic



Citron, ciré



Crème fraîche



Fromage italien  
à pâte dure râpé



Mélange d'épices  
« Hello Paprika »



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



# C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

## Basiques dans votre cuisine\*

Poivre\*, eau\*, huile d'olive\*, huile\*, sel\*, bouillon de légumes en poudre\*, beurre\*

## Ustensiles de cuisine

1 plaque de four avec du papier sulfurisé,  
1 bol mélangeur haut, 1 mixeur et  
1 grand poêle avec couvercle

## Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Pâtes orzo <b>15)</b>	1 x 180 g	1 x 360 g
Champignons Portobello	1 x 150 g	1 x 300 g
Poivron long rouge	2 x 100 g	4 x 100 g
Oignons	1 x 100 g	2 x 100 g
Basilic	1 x 10 g**	1 x 10 g
Citron, ciré	1 x 90 g**	1 x 90 g
Crème fraîche <b>7)</b>	1 x 150 g	1 x 200 g
Fromage italien à pâte dure râpé <b>7) 8)</b>	1 x 40 g	2 x 40 g
Mélange d'épices « Hello Paprika »	1 x 4 g	2 x 4 g

\*\*Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box, de sorte qu'il peut y avoir des restes.

## Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 660 g)
Valeur calorique	464 kJ/ 111 kcal	3056 kJ/ 731 kcal
Lipides	4,9 g	32,3 g
- dont acides gras saturés	2,3 g	15,4 g
Glucides	11,9 g	78,7 g
- dont sucre	2,4 g	15,6 g
Protéines	4,3 g	28,1 g
Sel	0,27 g	1,79 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

**Allergènes :** 7) lait (comprenant du lactose) 8) œufs 15) blé

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



### 1 Faire cuire le poivron long

Faire chauffer 360 ml [720 ml] d'eau dans la bouilloire.

Préchauffer le four à 200 °C chaleur supérieure/inférieure (chaleur tournante 180 °C).

Couper le poivron long en deux, l'épépiner puis le couper en 3 morceaux.

Placer les poivrons sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé, arroser de 1 cs [2 cs] d'huile d'olive\*, saler\*, poivrer\*.

À côté, répartir la moitié du fromage à pâte dure en 2 [4] petits tas plats et faire cuire au four pendant 10 à 12 minutes jusqu'à ce que les poivrons soient tendres et les tuiles dorées.



### 2 Pendant ce temps

Couper l'oignon en deux et le hacher grossièrement.

Hacher finement les champignons.



### 3 Cuire les pâtes orzo

Dans une grande poêle, faire chauffer à couvert 1 cs [2 cs] d'huile\*. Y faire revenir l'oignon et les portobello 4 à 6 min à feu vif.

Verser les pâtes orzo dans la poêle, déglacer avec 360 ml [720 ml] d'eau\* chaude, et ajouter 4 g [8 g] de bouillon de volaille en poudre\*. Remuer et laisser mijoter à couvert 12 à 15 min à feu moyen jusqu'à ce que les pâtes orzo soient cuites.



### 4 Pour le pesto à la calabraise

Sortir la plaque du four. Laisser les tuiles de fromage refroidir sur la plaque.

Pendant ce temps, effeuiller le basilic.

Couper le citron en 6.

Dans un bol mélangeur haut, ajouter les morceaux de poivron, le « Hello Paprika », la moitié des feuilles de basilic, le reste de fromage à pâte dure et le jus de 1 [2] quartier(s) de citron et transformer le tout en purée lisse à l'aide d'un presse-purée.

Assaisonner le pesto à la calabraise avec du sel\*, du poivre\* et un peu de jus de citron, selon les goûts.



### 5 Terminer les pâtes Orzo

Une fois que les pâtes orzo sont cuites, incorporer le pesto à la calabraise, la moitié de la crème fraîche et 1 cs [2 cs] de beurre\*. Assaisonner avec du sel\* et du poivre\*.



### 6 Dresser

Couper le reste des feuilles de basilic en fines lamelles.

Répartir les pâtes orzo sur des assiettes et selon les goûts, parsemer du reste de crème fraîche et saupoudrer de basilic.

Garnir de tuiles au fromage et déguster.

## Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi ! Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur [www.hellofresh.ch/freunde/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)

