



CHORIZO-PAELLA MIT GERÖSTETEN MANDELN und Joghurtsauce



HELLO CHORIZO!

Wusstest Du, dass das Gewicht an in Spanien produzierter Chorizo dem Gewicht von 11.000 afrikanischen Elefanten entspricht?



Zwiebel



Zitrone



Risottoreis



Joghurt



rote Peperoni



grüne Bohnen



Petersilie



Gewürzmischung



Chorizo



Tomatenmark



Mandeln

45 Minuten

Stufe 2

scharf

Auch wer fern vom Meer wohnt, muss auf Paella nicht verzichten. Zu diesem Bratpfannen-Reisgericht passt zum Beispiel auch eine Chorizo, eine **scharfe**, spanische Wurst, die ebenfalls für feurige Gefühle sorgt. Lass Dir diese köstliche Paella schmecken!

Gemüse und **Kräuter** waschen und **Kräuter** trocken schütteln. **500 ml [1000 ml] Wasser** im **Wasserkocher** erhitzen. Zum Kochen benötigst Du ausserdem: eine **kleine Schüssel**, einen **grossen Topf** (mit **Deckel**) und eine **kleine Bratpfanne**.



1 GEMÜSE VORBEREITEN

Zwiebel abziehen und würfeln. Enden der **grünen Bohnen** abschneiden und **Bohnen** vierteln. **Rote Peperoni** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Peperoni** in mundgerechte Stücke schneiden.



2 CHORIZO SCHNEIDEN

Blätter von der **Petersilie** abzupfen, dann Blätter und Stiele getrennt voneinander grob hacken. **Chorizo** in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. 500 ml [1000 ml] heisse **Geflügelbouillon** zubereiten.



3 ALLES ANBRATEN

In einem grossen Topf 1 EL [2 EL] **Olivenöl** erwärmen. **Zwiebelwürfel**, **Bohnenviertel**, gehackte **Petersilien-Stiele**, **Chorizoscheiben** und **Gewürzmischung** zugeben und ca. 5 Min. unter Wenden anbraten. Dann **Peperonistücke** zugeben und ca. 5 Min. zusammen weiterköcheln lassen.



4 REIS ZUGEBEN

1 EL [2 EL] **Tomatenmark** und **Risottoreis** zugeben und ca. 1 Min. unter Wenden mitbraten. Mit der **Bouillon** ablöschen und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Topfdeckel aufsetzen und ca. 15 Min. bei schwacher Hitze weiterköcheln lassen, bis der **Reis** die Flüssigkeit vollständig aufgenommen hat und schön weich ist. Dabei nicht umrühren, eine gute **Paella** hat immer eine feste Kruste am Boden!



5 MANDELN HACKEN

Mandeln in einer kleinen Bratpfanne anrösten, bis sie duften. Anschliessend herausnehmen, kurz abkühlen lassen und grob hacken. **Zitrone** in feine Spalten schneiden. In einer kleinen Schüssel **Joghurt** mit ein wenig **Salz** und **Pfeffer** verrühren.



6 ANRICHTEN

Chorizo-Paella nach der Garzeit auf Tellern verteilen und mit gehackten **Petersilien-Blättern** und **Mandeln** bestreuen. Zusammen mit **Zitronenspalten** und **Joghurtsauce** geniessen.

EN GUETE!

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Zwiebel	1	2
rote Peperoni	1	2
Mandeln 8) 15)	20 g	40 g
Zitrone	1	1
grüne Bohnen	100 g	200 g
Petersilie	10 g	20 g
Chorizo 15)	200 g	400 g
Gewürzmischung 15)	4 g	8 g
Tomatenmark	1 EL	2 EL
Risottoreis	150 g	300 g
Joghurt 7)	90 g	180 g

GUT IM HAUS ZU HABEN: Geflügelbouillon, Olivenöl, Salz, Pfeffer
Bei 4 Personen Mengen, wie in Klammern angegeben, verdoppeln.

☞ Ggf. auch für andere Rezepte verwenden.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION
Brennwert	613 KJ/146 kcal	3679 KJ/878 kcal
Fett	7 g	43 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	12 g
Kohlenhydrate	14 g	82 g
- davon Zucker	3 g	18 g
Eiweiss	6 g	33 g
Ballaststoffe	1 g	8 g
Salz	<1 g	5 g

ALLERGENE

7) Lactose 8) Schalenfrüchte

15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshCH

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch



CHORIZO PAELLA WITH TOASTED ALMONDS

and yoghurt



HELLO CHORIZO!

Did you know that the weight of chorizo produced in Spain is the same as the weight of 11,000 African elephants?



Onion



Lemon



Risotto rice



Yoghurt



Red peppers



Green beans



Parsley



Spice mix



Chorizo



Tomato purée



Almonds

45 minutes

Level 2

Spicy

Even if you live miles away from the sea, you can't live without paella. Chorizo, a spicy Spanish sausage, works well in this one-pot rice dish and brings a certain fieriness. Enjoy this delicious paella!

Wash the vegetables and herbs and shake the herbs dry. Boil **500 ml [1000 ml] water** in the kettle. You will also need: a small bowl, a **large** pot (with lid) and a small frying pan.



1 PREPARE VEGETABLES

Peel and dice the onion. Cut off the ends of the **green** beans and cut them into quarters. Halve the **red** pepper, remove the core and chop pepper into bite-sized pieces.



2 SLICE CHORIZO

Pluck the parsley leaves and roughly chop the leaves and stems separately. Cut **chorizo** into slices approx. 2 cm thick. Prepare 500 ml [1000 ml] of hot vegetable stock.



3 SAUTÉ EVERYTHING

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] **olive** oil in a large pot. Add the onion cubes, bean quarters, chopped parsley **stems**, **chorizo** slices and spice mix, and stir-fry for approx. 5 min. Then add pepper pieces and simmer together for approx. 5 min. more.



4 ADD RICE

Add the 1 tbsp. [2 tbsp.] tomato purée and **risotto** rice and cook for approx. 1 minute, stirring occasionally. Pour in the stock and season with salt and pepper. Put the lid on the pot and leave to simmer on a low heat for approx. 15 minutes until the rice has fully absorbed the liquid and is nice and soft. Do not stir: a good **paella** always has a solid crust at the bottom!



5 CHOP ALMONDS

Toast the almonds in a small frying pan until they release their aromas. Take them out, leave to cool briefly and chop roughly. Slice the lemon into thin **wedges**. Mix yoghurt with a little salt and pepper in a small bowl.



6 ARRANGE

When cooked, apportion **chorizo paella** onto plates and sprinkle with the chopped **parsley leaves** and almonds. Enjoy with the lemon **wedges** and yoghurt.

BON APPETIT!

SERVES 2 | 4

INGREDIENTS

	2P	4P
Onion	1	2
Red peppers	1	2
Almonds 8) 15)	20 g	40 g
Lemon	1	1
Green beans	100 g	200 g
Parsley	10 g	20 g
Chorizo 15)	200 g	400 g
Mixed spices 15)	4 g	8 g
Tomato purée	1 tbsp.	2 tbsp.
Risotto rice	150 g	300 g
Yoghurt 7)	90 g	180 g

GOOD TO HAVE AT HAND: Vegetable stock, olive oil, salt, pepper
For 4 persons double the quantities, as specified in brackets.

☞ Can also be used for other recipes as required.

AVERAGE NUTRITIONAL VALUES PER	100 g	PORTION
Calories	613 KJ/146 kcal	3679 KJ/878 kcal
Fat	7 g	43 g
- incl. saturated fats	2 g	12 g
Carbohydrate	14 g	82 g
- incl. sugar	3 g	18 g
Protein	6 g	33 g
Dietary fibre	1 g	8 g
Salt	<1 g	5 g

ALLERGENS

7) Lactose 8) Nuts

15) May contain traces of allergens

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

This printed recipe is recyclable and FSC®-certified (FSC®-C129012).



#HelloFreshCH

We love feedback! Call us or write to us:
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch



PAELLA AU CHORIZO AUX AMANDES GRILLÉES

et sauce au yogourt



HELLO CHORIZO !

Saviez-vous que le poids de chorizo produit en Espagne correspond à celui de 11 000 éléphants africains ?



Oignon



Citron



Riz à risotto



Yogourt



Poivron rouge



Haricots verts



Persil



Mélange d'épices



Chorizo



Concentré de tomate



Amandes

45 minutes

Niveau 2

Piquant

Même si vous habitez loin de la mer, vous n'êtes pas obligés de renoncer à la paella. Pour accompagner ce plat de riz à la poêle, vous pouvez également vous servir de chorizo ou de saucisse espagnole épicée pour vous procurer des sensations ardentes. Régalez-vous avec cette paella délicieuse !

Laver les légumes et les fines herbes ; secouer les fines herbes pour les sécher. Chauffer **500 ml [1000 ml]** d'eau dans la bouilloire.
Pour réaliser cette recette, il vous faut également un petit saladier et une **grande** casserole (avec un couvercle) et une petite poêle.



1 PRÉPARER LES LÉGUMES

Peler l'oignon et le couper en petits dés. Retirer les extrémités des **haricots verts** et couper les haricots en quatre. Couper le poivron **rouge** en deux, enlever les pépins et le couper en morceaux.



2 COUPER LE CHORIZO

Arracher les feuilles du persil, hacher grossièrement les feuilles et les tiges séparément. Couper le **chorizo** en tranches d'environ 2 cm d'épaisseur. Préparer 500 ml [1000 ml] de **bouillon** de légumes chaud.



3 TOUT FAIRE REVENIR

Dans une grande casserole, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile d'**olive**. Y mettre les dés d'oignon, les morceaux de haricots verts, les **tiges** de persil hachées, les tranches de **chorizo** et le mélange d'épices et faire revenir env. 5 min. en remuant. Ajouter ensuite les morceaux de poivron et laisser mijoter env. 5 min.



4 AJOUTER LE RIZ

Ajouter 1 cs [2 cs] de concentré de **tomate** et le riz à **risotto** et faire revenir env. 1 min. en remuant. Mouiller avec le **bouillon** et assaisonner avec du sel et du poivre. Couvrir et laisser mijoter env. 15 min. à feu doux jusqu'à ce que le riz ait entièrement absorbé le liquide et qu'il soit tendre. Ne pas remuer, une bonne **paella** a toujours une croûte dure au fond !



5 HACHER LES AMANDES

Faire griller les amandes dans une petite poêle jusqu'à ce qu'elles soient parfumées. Les retirer du feu, les laisser refroidir brièvement et les hacher grossièrement. Couper le citron en fines tranches. Mélanger dans un petit saladier le yogourt avec un peu de sel et de poivre.



6 DRESSER

Une fois le temps de cuisson écoulé, répartir la **paella** au **chorizo** sur les assiettes et parsemer des **feuilles de persil hachées** et des **amandes**. Déguster avec les tranches de citron et la sauce au yogourt.

BON APPÉTIT !

2 | 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	2P	4P
Oignon	1	2
Poivron rouge	1	2
Amandes 8) 15)	20 g	40 g
Citron	1 ☉	1
Haricots verts	100 g	200 g
Persil	10 g	20 g
Chorizo 15)	200 g	400 g
Mélange d'épices 15)	4 g	8 g
Concentré de tomate	1 cs ☉	2 cs
Riz à risotto	150 g	300 g
Yogourt 7)	90 g	180 g

INGRÉDIENTS AVOIR CHEZ SOI : bouillon de légumes, huile d'olive, sel, poivre
Pour 4 personnes, doublez les quantités comme indiqué entre crochets.

☉ À utiliser éventuellement pour d'autres recettes.

VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR	100 g	PORTION
Valeur calorique	613 KJ/146 kcal	3679 KJ/878 kcal
Graisse	7 g	43 g
- dont acides gras saturés	2 g	12 g
Glucides	14 g	82 g
- dont sucre	3 g	18 g
Protéines	6 g	33 g
Fibres	1 g	8 g
Sel	< 1 g	5 g

ALLERGÈNES

7) lactose 8) fruits à coque

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

Cette fiche recette est recyclable et certifiée FSC® (FSC®-C129012).

   #HelloFreshCH

Vos commentaires sont les bienvenus ! Appelez-nous ou écrivez-nous :
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch