

Gebackener Hirtenkäse an Tomatengemüse mit Kalamata Oliven, Knoblauchfladenbrot und Salat

Vegetarisch 35 – 45 Minuten • 3.779 kj/903 kcal • Tag 3 kochen

8



Hirtenkäse



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Ciabatta-Brötli



Frühlingszwiebel



Tomaten



BalsamicoCreme



Rucola



Kalamata-Oliven



Gewürzmischung
"Hello Mezza"



rote Spitzpeperoni



- 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	4P
Hirtenkäse 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
rote Zwiebel	1 x 80 g	2 x 80 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Ciabatta-Brötli 18) 15)	2 x 75 g	4 x 75 g
Frühlingszwiebel	1 x 25 g	2 x 25 g
Tomaten	3 x 100 g	6 x 100 g
Balsamicoreme 14)	1 x 12 ml	2 x 12 ml
Rucola	1 x 50 g	1 x 100 g
Kalamata-Oliven	1 x 70 g	2 x 70 g
Gewürzmischung "Hello Mezze"	1 x 2 g	1 x 4 g
rote Spitzpeperoni	1 x 100 g	2 x 100 g
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. 1.000 g)
Brennwert	654 kj/156 kcal	3779 kj/903 kcal
Fett	7.67 g	44.32 g
- davon ges. Fettsäuren	1.37 g	7.93 g
Kohlenhydrate	15.85 g	91.56 g
- davon Zucker	2.72 g	15.69 g
Eiweiss	5.94 g	34.32 g
Salz	0.986 g	5.695 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)** Sesamsamen **7)** Milch (einschliesslich Laktose) **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen, **18)** Roggen.

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



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 [4 EL] **Olivenöl***, **Gewürzmischung „Hello Mezze“**, **gehacktem Knoblauch** und 1 Prise **Pfeffer*** marinieren.



Für den Salat

Gebackenes Gemüse in eine grosse Schüssel geben, **Balsamicoreme** und 1 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 Peperoni

Zwiebel abziehen, halbieren und in dicke Streifen schneiden.

Spitzpeperoni halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Peperonihälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.

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

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



Brot aufbacken

Ciabatta-Brötli in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Ciabatta-Brötli scheiben auf dem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 2 EL [4 EL] **Olivenöl*** bestreichen.

In den letzten 5 Min. der **Hirtenkäse**-Backzeit **Brotsccheiben** mit in den Ofen geben und knusprig aufbacken.

Anschliessend aus dem Ofen nehmen und mit dem restlichen **Knoblauch** einreiben. Mit 1 Prise **Salz*** würzen.



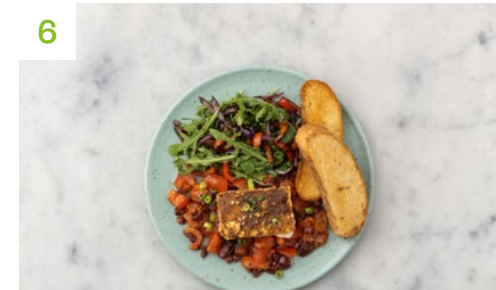
Käse backen

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

Weissen 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.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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





Baked feta cheese with tomatoes, served with Kalamata olives, garlic pita bread and salad

35-45 minutes • 3.779 kj/903 kcal • Cook on day 3

8



Feta cheese



Red onion



Garlic clove



Mini-pita bread



Spring onions



Tomatoes



Balsamic cream



Rocket



Kalamata olives



"Hello Mezze" spice mix



Red pointed pepper



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

Good to have at hand

Olive oil*, salt*, pepper*

Let's get started

Wash the vegetables.

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

What you need

1 oven dish, 1 baking tray with baking paper and 1 large bowl.

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Feta cheese 7)	1 x	150 g	2 x	150 g
Red onion	1 x	80 g	2 x	80 g
Garlic clove	1 x	4 g	2 x	4 g
Mini-pita bread 3) 15)	2 x	75 g	4 x	75 g
Spring onions	1 x	25 g	2 x	25 g
Tomatoes	3 x	100 g	6 x	100 g
Balsamic cream 14)	1 x	12 ml	2 x	12 ml
Rocket	1 x	50 g	1 x	100 g
Kalamata olives	1 x	70 g	2 x	70 g
Spice mix "Hello Mezze"	1 x	2 g	1 x	4 g
Red pointed peppers	1 x	100 g	2 x	100 g
Olive oil*	Amounts specified in text			

Salt*, pepper* According to taste

*Good to have at hand.

**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. 1.000 g)
Calories	654 kJ/156 kcal	3.779 kJ/903 kcal
Fat	7.67 g	44.32 g
- incl. saturated fats	1.37 g	7.93 g
Carbohydrate	15.85 g	91.56 g
- incl. sugar	2.72 g	15.69 g
Protein	5.94 g	34.32 g
Salt	0.986 g	5.695 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: **3)** Sesame seeds **7)** Milk (including lactose) **14)** Sulphur dioxide and sulphites **15)** Wheat.

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



1 Marinate cheese

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

Put the **feta** cheese in an oven dish.

Peel the garlic and finely chop half of it.

Marinate **feta** cheese with 2 tbsp. [4 tbsp.] **olive oil***, "**Hello Mezze**" spice mix, **chopped garlic** and 1 pinch of pepper*.



4 For the salad

Put **baked vegetables** in a large bowl and stir in balsamic cream and 1 tbsp. [2 tbsp.] **olive oil***.

At the last moment mix rocket into the baked vegetables.

Season with salt* and pepper* according to taste.

You still need the baking tray.



2 For the pepper

Peel and halve onion and cut it into thick strips.

Halve **pointed pepper**, remove stalk and core, and cut **pepper halves** into strips 1 cm wide.

Spread out **pepper strips** and strips of onion on a baking tray lined with baking paper.

Season with 1 tbsp. [2 tbsp.] **olive oil***, salt* and pepper* and bake for 10-15 min. until the vegetables are soft.



5 Crisp up bread

Cut the mini-pita bread into slices 2 cm thick.

Spread the pita bread slices on the baking tray lined with baking paper and brush with 2 tbsp [4 tbsp] **olive oil***.

In the last 5 min. of the **feta** cheese baking time, put bread slices into the oven and bake until crispy.

Then remove from the oven and rub with the rest of the garlic. Season with 1 pinch of salt*.



3 Bake cheese

Halve the tomato, remove the stalk and cut the tomato halves into approx. 2 cm cubes.

Slice the white and green parts of the spring onions into thin rings and keep them separate.

Roughly chop the **Kalamata olives**.

Place diced tomato, **chopped olives** and white spring onion rings around the **feta** cheese and bake in the oven for 20 min. until the diced tomatoes are very soft.



6 Serve

Apportion **baked feta cheese** and **baked vegetables** onto plates.

Sprinkle with green spring onion rings and enjoy together with salad and garlic bread.

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/



Fromage en saumure cuit au four avec tomates, olives Kalamata, pain pita aillé et salade

35 – 45 minutes • 3.779 kj/903 kcal • Cuisiner au 3e jour

8



Fromage en saumure



Oignon rouge



Gousse d'ail



Mini-pain pita



Oignons de printemps



Tomates



Crème de vinaigre balsamique



Roquette



Olives Kalamata



Mélange d'épices « Hello Mezzé »



Poivrons longs rouges



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

Ingédients à toujours avoir chez soi
Huile d'olive*, sel*, poivre*

C'est parti

Laver les légumes.

Préchauffer le four à 200 °C (180 °C pour un four à chaleur tournante).

Ce dont vous avez besoin

1 moule à gratin, 1 plaque de four recouverte de papier sulfurisé et 1 saladier.

Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Fromage en saumure 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Oignon rouge	1 x 80 g	2 x 80 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Petit pain pita 3) 15)	2 x 75 g	4 x 75 g
Oignons de printemps	1 x 25 g	2 x 25 g
Tomates	3 x 100 g	6 x 100 g
Crème de vinaigre balsamique 14)	1 x 12 ml	2 x 12 ml
Roquette	1 x 50 g	1 x 100 g
Olives de Kalamata	1 x 70 g	2 x 70 g
Mélange d'épices « Hello Mezzé »	1 x 2 g	1 x 4 g
Poivron long rouge	1 x 100 g	2 x 100 g
Huile d'olive*	Détails dans le texte	
Sel*, poivre*	selon les goûts	

*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

**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. 1.000 g)
Valeur calorique	654 kJ/156 kcal	3.779 kJ/903 kcal
Lipides	7.67 g	44.32 g
- dont acides gras saturés	1.37 g	7.93 g
Glucides	15.85 g	91.56 g
- dont sucre	2.72 g	15.69 g
Protéines	5.94 g	34.32 g
Sel	0.986 g	5.695 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 : 3) graines de sésame 7) lait (y compris le lactose) 14) dioxydes de soufre et sulfites 15) blé.

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



1 Faire mariner le fromage

Préchauffer le four à 200 °C (180 °C pour un four à chaleur tournante).

Mettre le fromage en saumure dans un moule à gratin.

Éplucher l'ail et hacher la moitié finement.

Faire mariner le fromage en saumure dans 2 cs [4 cs] d'huile d'olive*, le mélange d'épices « Hello Mezzé », de l'ail haché et une pincée de poivre*.



4 Pour la salade

Mettre les légumes cuits au four dans un saladier, incorporer la crème de vinaigre balsamique et 1 cs [2 cs] d'huile d'olive*.

Au dernier moment, ajouter la roquette aux légumes.

Assaisonner de nouveau avec du sel* et du poivre* selon les goûts.

Vous aurez encore besoin de la plaque de cuisson.



2 Pour le poivron

Peler l'oignon, le couper en deux, puis en tranches épaisses.

Couper en deux le poivron long, retirer la partie dure et les graines puis couper en tranches de 1 cm de large.

Répartir sur une plaque de four recouverte de papier de cuisson les lamelles de poivron et d'oignon.

Assaisonner avec 1 cs [2 cs] d'huile d'olive*, le sel* et le poivre* ; enfourner 10 à 15 min jusqu'à ce qu'elles soient tendres.



5 Faire chauffer le pain

Couper le mini pain pita en tranches de 2 cm d'épaisseur.

Répartir les tranches de pain pita sur la plaque de four recouverte de papier de cuisson, puis les badigeonner de 2 cs [4 cs] d'huile d'olive*.

Mettre les tranches de pain au four jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes dans les 5 dernières minutes du temps de cuisson du fromage en saumure.

Retirer du four et frotter avec le reste de l'ail. Assaisonner d'une pincée de sel*.



3 Cuire le fromage au four

Couper les tomates en deux, enlever la partie dure et débiter en dés d'env. 2 cm.

Couper les oignons de printemps en fines rondelles en séparant les parties verte et blanche.

Hacher grossièrement les olives Kalamata.

Placer les dés de tomates, les olives hachées et les rondelles blanches d'oignons de printemps autour du fromage. Enfourner 20 min jusqu'à ce que les dés de tomates soient très tendres.



6 Dresser

Disposer le fromage en saumure cuit au four avec les légumes du four sur les assiettes.

Parsemer des rondelles vertes d'oignon de printemps, puis déguster avec une salade et du pain à l'ail.

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/

