

Griechischer Orzo-Salat mit Kalamata-Oliven

dazu gebackener Hirtenkäse mit Honig-Baumnuß-Haube

Vegetarisch 25 – 35 Minuten • 2846 kj/680 kcal • Tag 2 kochen

8



Hirtenkäse



Gewürzmischung
„Hello Souflaki“



Gurke



Tomaten



Knoblauchzehe



Petersilie



Orzo-Nudeln



Tomatenpesto



Baumnuße



Kalamata-Oliven



Tomatenmark



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

Gut, im Haus zu haben

Wasser*, Salz*, Pfeffer*, Weissweinessig*,
Honig*, Gemüsebouillonpulver*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 grossen Topf, 1 grosse Schüssel, 1 Backblech, 1 Messbecher, 1 Stabmixer, 1 Sieb und 1 Auflaufform

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Hirtenkäse 7	1 x 150 g	2 x 150 g
Gewürzmischung „Hello Souflaki“	1 x 4 g	2 x 4 g
Gurke	1 x 200 g	2 x 200 g
Tomaten	1 x 100 g	2 x 100 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Petersilie	1 x 10 g**	1 x 10 g
Orzo-Nudeln 15	1 x 180 g	1 x 360 g
Tomatenpesto 14	1 x 25 g	1 x 50 g
Baumnüsse 24	1 x 20 g	1 x 40 g
Kalamata-Oliven	1 x 70 g	2 x 70 g
Tomatenmark	0.5 x 70 g**	1 x 70 g
Honig*, Wasser*, Weissweinessig*, Gemüsebouillonpulver* Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text 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	450 kJ/108 kcal	2846 kJ/680 kcal
Fett	3.91 g	24.70 g
– davon ges. Fettsäuren	0.72 g	4.56 g
Kohlenhydrate	12.28 g	77.58 g
– davon Zucker	2.04 g	12.88 g
Eiweiss	5.23 g	33.03 g
Salz	0.536 g	3.385 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) **14** Schwefeldioxide und Sulfite **15** Weizen **24** Walnüsse.

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



Orzo kochen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

350 ml [700 ml] **Wasser*** in einen grossen Topf füllen und aufkochen lassen.

Orzo-Nudeln und 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver*** hineingeben und 10 – 12 Min. bei niedriger Hitze unter häufigem Rühren köcheln lassen, bis das **Wasser*** aufgesogen und die **Orzo-Nudeln** gar sind.

Knoblauchzehe abziehen und 10 Min. im Ofen backen.



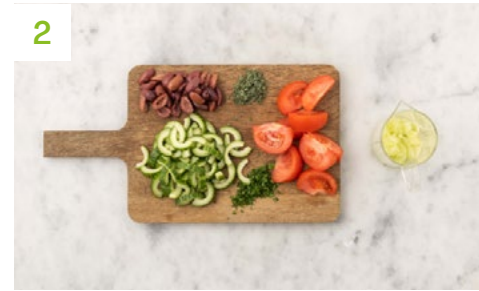
Hirtenkäse gratinieren

Hirtenkäse vorsichtig abwachsen und trockentupfen und in 2 [4] **Stücke** teilen.

Mit der restlichen **Gewürzmischung „Hello Souflaki“** einreiben und in eine Auflaufform legen.

Baumnüsse in der Tüte grob zerkleinern und auf dem **Käse** verteilen. 1 TL [2 TL] **Honig*** über die **Nüsse** verteilen.

Grillstufe anstellen und den **Käse** im Ofen ca. 5 – 8 Min. backen, bis die **Nüsse** etwas Farbe annehmen.



Gemüse schneiden

Enden der **Gurke** entfernen.

Gurke längs halbieren, die **Kerne** mit einem Löffel herauschaben und in den Messbecher aus Schritt 1 geben.

Gurkenhälften quer in 0.5 cm dicke Halbmonde schneiden.

Tomate halbieren, den Strunk entfernen und **Tomate** in 0.5 cm dicke Scheiben schneiden.

Blätter von der **Petersilie** abzupfen und fein hacken.

Oliven halbieren.



Salat fertigstellen

Orzo-Nudeln in eine grosse Schüssel geben und mit dem **Dressing** vermengen.

Gurken, Tomaten, Oliven und drei Viertel der **gehackten Kräuter** untermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Für das Dressing

Knoblauchzehe in den Messbecher mit den **Gurkenkernen** geben.

Tomatenpestohaube und 1 EL [2 EL] **Essig*** dazugeben und alles mit einem Stabmixer zu einem **Dressing** pürieren.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Orzo-Salat auf dem Teller verteilen und mit restlichen **Kräutern** toppen.

Honig-Baumnuss-Käse darauf anrichten und geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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



Greek orzo salad with Kalamata olives

served with baked feta cheese with honey and walnut topping

Vegetarian 25-35 minutes • 2.846 kj/680 kcal • Cook on day 2

8



Feta cheese



“Hello Souvlaki”
spice mix



Cucumber



Tomatoes



Garlic clove



Parsley



Orzo pasta



Tomato pesto



Walnuts



Kalamata olives



Tomato purée



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

Good to have at hand

Water*, salt*, pepper*, white wine vinegar*,
honey*, vegetable stock powder*

Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

What you need

1 large pot, 1 large bowl, 1 baking tray, 1 measuring jug, 1 hand blender, 1 sieve and 1 oven dish

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Feta cheese 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Spice mix "Hello Souvlaki"	1 x 4 g	2 x 4 g
Cucumber	1 x 200 g	2 x 200 g
Tomatoes	1 x 100 g	2 x 100 g
Garlic clove	1 x 4 g	2 x 4 g
Parsley	1 x 10 g **	1 x 10 g
Orzo pasta 15)	1 x 180 g	1 x 360 g
Tomato pesto 14)	1 x 25 g	1 x 50 g
Walnuts 24)	1 x 20 g	1 x 40 g
Kalamata olives	1 x 70 g	2 x 70 g
Tomato purée	0.5 x 70 g **	1 x 70 g
Honey*, water*, white wine vinegar*, vegetable stock powder*	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. 1000 g)
Calories	450 kJ/108 kcal	2.846 kJ/680 kcal
Fat	3.91 g	24.70 g
- incl. saturated fats	0.72 g	4.56 g
Carbohydrate	12.28 g	77.58 g
- incl. sugar	2.04 g	12.88 g
Protein	5.23 g	33.03 g
Salt	0.536 g	3.385 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) **14)** Sulphur dioxide and sulphites **15)** Wheat **24)** Walnuts.

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



Cook the orzo

Preheat the oven to 220 °C top/bottom heat (200 °C fan oven).

Pour 350 ml [700 ml] water* into a large pot and bring to the boil.

Add orzo pasta and 4 g [8 g] vegetable stock powder* and simmer over low heat for 10-12 min., stirring frequently, until the water* is absorbed and the orzo pasta is cooked.

Peel garlic clove and bake it in the oven for 10 min.



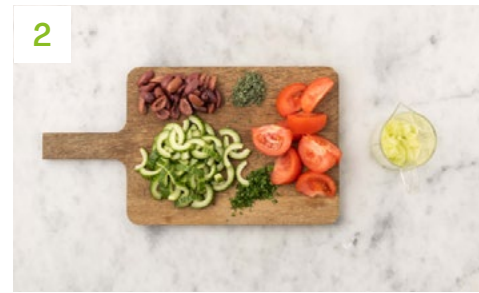
Gratinate the feta cheese

Carefully wash the feta cheese, pat it dry and divide it into 2 [4] pieces.

Rub in the remaining "Hello Souvlaki" spice mix, then put cheese in an oven dish.

Break up walnuts in the bag and spread over cheese. Spread 1 tsp. [2 tsp.] honey* over the nuts.

Turn on the grill setting and bake the cheese in the oven for about 5-8 min. until the nuts take on some colour.



Chop the vegetables

Trim the cucumber.

Halve cucumber lengthways, scrape out seeds with a spoon and place in the measuring jug from step 1.

Cut cucumber halves crossways into 0.5 cm half-moons.

Halve tomato, remove stalk, and slice tomato into wedges 0.5 cm thick.

Pluck the parsley leaves and chop finely.

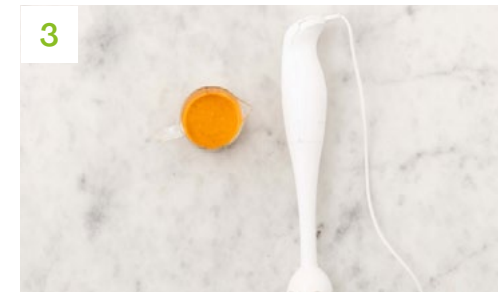
Halve the olives.



Finish the salad

Then place the orzo pasta in a large bowl and mix with the dressing.

Mix in cucumber, tomato, olives and three quarters of the chopped herbs and season with salt* and pepper*.



For the dressing

Add garlic clove to measuring jug with cucumber seeds.

Add tomato pesto topping and 1 tbsp [2 tbsp] vinegar* and purée everything with a hand blender into a dressing.

Season with salt* and pepper*.



Serve

Serve orzo salad on plate and top with remaining herbs.

Arrange honey and walnut cheese over the top 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!



Salade grecque d'orzo aux olives de Kalamata, fromage de berger cuit au four et recouvert de miel et de noix

Végétarien 25 – 35 minutes • 2.846 kj/680 kcal • Cuisiner au 2e jour

8



Fromage de berger



Mélange d'épices
« Hello Souflaki »



Concombre



Tomates



Gousse d'ail



Persil



Nouilles orzo



Pesto de tomates



Noix



Olives Kalamata



Concentré de tomates



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

Ingédients à toujours avoir chez soi

Eau*, sel*, poivre*, vinaigre de vin blanc*,
huile*, bouillon de légumes en poudre*

C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

Ce dont vous avez besoin

1 grande casserole, 1 grand saladier, 1 plaque de cuisson, 1 verre doseur, 1 mixeur, 1 passoire et 1 moule à gratin

Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Fromage en saumure 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Mélange d'épices « Hello Souflaki »	1 x 4 g	2 x 4 g
Concombre	1 x 200 g	2 x 200 g
Tomates	1 x 100 g	2 x 100 g
Gousse d'ail	1 x 4 g	2 x 4 g
Persil	1 x 10 g**	1 x 10 g
Pâtes orzo 15)	1 x 180 g	1 x 360 g
Pesto de tomates 14)	1 x 25 g	1 x 50 g
Noix 24)	1 x 20 g	1 x 40 g
Olives de Kalamata	1 x 70 g	2 x 70 g
Concentré de tomates	0.5 x 70 g**	1 x 70 g
Miel*, eau*, vinaigre de vin blanc*, bouillon de légumes en poudre*	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	450 kJ/108 kcal	2.846 kJ/680 kcal
Lipides	3.91 g	24.70 g
- dont acides gras saturés	0.72 g	4.56 g
Glucides	12.28 g	77.58 g
- dont sucre	2.04 g	12.88 g
Protéines	5.23 g	33.03 g
Sel	0.536 g	3.385 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 (avec lactose) **14)** dioxydes de soufre et sulfites **15)** blé **24)** noix.

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



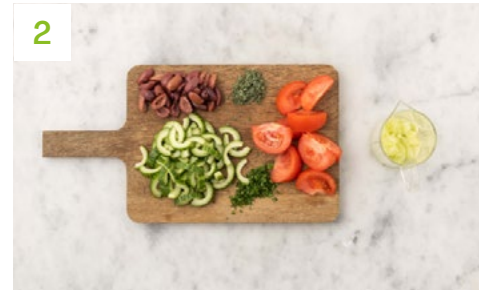
1 Cuire les pâtes orzo

Préchauffer le four à 220 °C (200 °C pour un four à chaleur tournante).

Verser 350 ml [700 ml] d'eau* dans une grande casserole et porter à ébullition.

Ajouter les pâtes orzo et 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre*, laisser mijoter 10 à 12 min à feu doux en remuant souvent, jusqu'à ce que l'eau* soit absorbée et que les pâtes orzo soient cuites.

Peler la gousse d'ail et la faire cuire au four 10 min.



2 Couper les légumes

Couper les extrémités du concombre.

Couper le concombre en deux dans le sens de la longueur, retirer les pépins à l'aide d'une cuillère et les mettre dans le verre doseur de l'étape 1.

Couper les moitiés de concombre en demi-lunes de 0.5 cm d'épaisseur.

Couper la tomate en deux, retirer le trognon et couper la tomate en tranches de 0.5 cm d'épaisseur.

Arracher et hacher finement les feuilles de persil.

Couper les olives en deux.

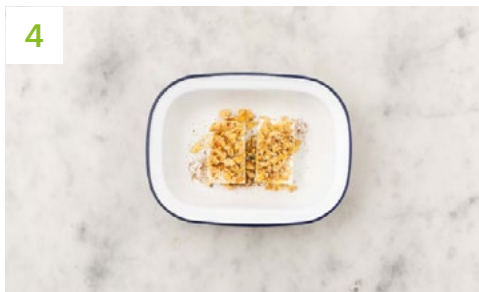


3 Préparer la vinaigrette

Ajouter la gousse d'ail dans le verre doseur avec les graines de concombre.

Ajouter le pesto de tomates et 1 cs [2 cs] de vinaigre* et réduire le tout en purée à l'aide d'un mixeur pour obtenir une vinaigrette.

Assaisonner avec du sel* et du poivre*.



4 Gratiner le fromage de berger

Éponger délicatement le fromage en saumure et le diviser en 2 [4] morceaux.

Frotter avec le reste du mélange d'épices « Hello Souflaki » et placer dans un moule à gratin.

Concasser grossièrement les noix dans le sachet et les répartir sur le fromage. Répartir 1 cc [2 cc] de miel* sur les noix.

Allumer le gril et faire cuire le fromage au four pendant environ 5 à 8 min, jusqu'à ce que les noix prennent un peu de couleur.



5 Préparer la salade

Verser les pâtes Orzo dans un grand saladier et les mélanger à la vinaigrette.

Ajouter les concombres, les tomates, les olives et les 3/4 des herbes hachées, saler* et poivrer*.



6 Dresser

Répartir la salade d'orzo dans l'assiette et garnir avec le reste des herbes.

Dresser le fromage au miel et aux noix dessus 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 !

