



ORZO-NUDEL-RISOTTO MIT PILZEN,

gebackenen Cherry-Tomaten, Babyspinat und Mozzarella



HELLO ORZO-NUDELN

Die Orzo-Nudeln sorgen kräftig für Verwirrung! Denn die häufig als „Reisnudeln“ bezeichneten Nudeln werden gar nicht aus Reis, sondern aus Hartweizengriess hergestellt.



Tomatenmark



Cherry-Tomaten



Orzo-Nudeln



Mozzarella



Parmesan



Jungspinat



braune Champignons



Paprikapulver



Basilikum



Knoblauchzehe



Schalotte

30 Minuten

Stufe 2

Express

Family

Explore

Veggie

Dieses Rezept könnte auch „Orzotto“ heißen, da es wie ein Risotto gekocht wird – jedoch nicht mit Reis, sondern Orzo-Nudeln. Die Zubereitung ist denkbar einfach: Während Du die marinierten Cherry-Tomaten und Pilze im Backofen herzhaft schmorst, bereitest Du den Rest in nur einem Topf zu. Rühren, rühren, rühren lautet die Devise. Der würzige Geschmack auf Deinem Teller wird die schönste Belohnung sein, die es nach einem langen Tag geben kann!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Zum Kochen benötigst Du **1 grosse Bratpfanne** (mit **Deckel**), **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 grosse Schüssel**, eine **Knoblauchpresse** und eine **Gemüseraffel**.



1 GEMÜSE RÜSTEN

Erhitze **400 ml [800 ml]** Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.

Braune Champignons je nach Grösse vierteln oder achteln, in eine grosse Schüssel geben, mit **Olivenöl***, **Paprikapulver**, **Salz*** und **Pfeffer*** marinieren.

Schalotte und **Knoblauch** abziehen. **Schalotte** in dünne Streifen schneiden.

Cherry-Tomaten halbieren.



2 GEMÜSE BACKEN

Marinierte **Champignons** und **Cherry-Tomatenhälften** nebeneinander auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.

Cherry-Tomatenhälften mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und **Gemüse** auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 20 Min. backen.

Basilikumblätter abzupfen und fein hacken (Stiele nicht wegwerfen).

Heisse **Gemüsebouillon*** vorbereiten.



3 ORZO-NUDELN ANBRATEN

In einer grossen Bratpfanne **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen und **Schalottenstreifen** darin 2 – 3 Min. anbraten.

Tomatenmark, **Orzo-Nudeln** und **Basilikumstiele** zugeben, **Knoblauch** dazupressen und alles weitere 2 – 3 Min. braten.

★ **TIPP:** Für 2 Personen haben wir Dir mehr **Orzo-Nudeln** mitgeschickt, als benötigt werden.



4 ORZO-NUDELN VERFEINERN

Orzo-Nudeln mit der vorbereiteten **Gemüsebouillon** ablöschen und zugedeckt 8 – 9 Min. bei niedriger Hitze köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

★ **TIPP:** Sollte die Bouillon zu schnell verdunsten, gib ein wenig mehr Wasser dazu.



5 RISOTTO VOLLENDEN

Parmesan fein raffeln. **Mozzarella** in ca. 1 cm grosse Stücke zupfen. **Basilikumstiele** entfernen.

Wenn die **Orzo-Nudeln** gar sind, gehackte **Basilikumblätter**, **Mozzarellastücke** und die **Hälfte** des geraffelten **Parmesans** unterrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Zum Schluss portionsweise **Jungspinat** unterheben.



6 ANRICHTEN

Orzo-Nudel-Risotto auf Teller verteilen, **Champignons**, gebackene **Cherry-Tomaten** und restlichen **Parmesan** darauf anrichten und geniessen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P		4P	
braune Champignons	1 x	150 g	1 x	300 g
edelsüesses Paprikapulver	1 x	4 g	2 x	4 g
Schalotte	1 x	50 g	2 x	50 g
Knoblauchzehe	1 x	9 g	1 x	9 g
Cherry-Tomaten	1 x	150 g	1 x	300 g
Basilikum	1 x	10 g	1 x	10 g
Tomatenmark	1 x	70 g	1 x	70 g
Orzo-Nudeln 1)	½ x	500 g	1 x	500 g
Parmesan 3) 7)	1 x	20 g	2 x	20 g
Mozzarella 7)	1 x	125 g	2 x	125 g
Jungspinat	1 x	100 g	1 x	200 g
Gemüsebouillon*		400 ml		800 ml
Olivenöl*		½ EL		1 EL
Öl*		½ EL		1 EL
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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION
Brennwert	666 kJ/159 kcal	2919kJ/698 kcal
Fett	7 g	22 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	12 g
Kohlenhydrate	15 g	84 g
– davon Zucker	2 g	8 g
Eiweiss	8 g	26 g
Ballaststoffe	2 g	6 g
Salz	< 1 g	2 g

ALLERGENE

1) Weizen 3) Ei 7) Milch

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

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

[f](#) [i](#) [v](#) [p](#) #HelloFreshCH

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

BON APPETIT!



ORZO PASTA RISOTTO WITH MUSHROOMS, baked cherry tomatoes, baby spinach and mozzarella



HELLO ORZO NOODLES

Orzo pasta can be really confusing! These noodles are often referred to as "rice noodles" but are made not from rice but semolina.



Tomato purée



Cherry tomatoes



Orzo noodles



Mozzarella



Parmesan



Young spinach



Brown mushrooms



Sweet paprika powder



Basil



Garlic cloves



Shallot

30 minutes

Level 2

Express

Family

Explore

Veggie

This recipe could also be named "orzotto" because it's cooked like risotto, though with orzo noodles instead of rice. The preparation is really easy: While the marinated cherry tomatoes and mushrooms are stewing in the oven you prepare the rest in just one pot. The trick is to stir, stir, stir. The spicy taste on your plate is the best reward you could hope for at the end of a long day.

Wash the vegetables and herbs. You will also need: 1 large frying pan (with lid), baking paper, a baking tray, 1 large bowl, a garlic press and a vegetable grater.



1 PREPARE VEGETABLES

Boil **400 ml [800 ml]** water in the **kettle**. Preheat the **oven** to **220 °C** top/bottom heat (**200 °C** fan oven).

Chop the **brown mushrooms** into quarters or eighths, depending on their size, put them into a large bowl, then marinate with **olive oil***, **paprika powder**, **salt*** and **pepper***.

Peel the **shallots** and **garlic**. Cut the **shallots** into thin strips.

Cut **cherry tomatoes** in half.



2 BAKE VEGETABLES

Distribute marinated **mushrooms** and **cherry tomato** halves on a baking tray lined with baking paper.

Season **cherry tomato** halves with **salt*** and **pepper*** and bake **vegetables** on middle shelf of oven for approx. 20 min.

Pluck **basil leaves** and chop finely (keep the stalks).

Prepare hot **vegetable stock***.



3 SAUTÉ ORZO NOODLES

Heat **oil*** in a large frying pan on medium heat and sauté **shallot** strips in it for 2–3 min.

Add **tomato purée**, **orzo noodles** and **basil** stalks, press in **garlic** and sauté everything for 2–3 min. more.

TIP: *We have sent you more orzo noodles than you need for 2 people.*



4 REFINE ORZO NOODLES

Deglaze **orzo noodles** with the prepared **vegetable stock**, cover, and let simmer on low heat for 8–9 min., stirring occasionally.

TIP: *If the bouillon evaporates too quickly, add a little more water.*



5 FINISH RISOTTO

Finely grate **parmesan**. Tear **mozzarella** into approx. 1 cm pieces. Remove basil stalks.

When the **orzo noodles** are cooked, stir in chopped **basil leaves**, **mozzarella** pieces and half of the grated **parmesan** and season with **salt*** and **pepper***.

Finally, add the **baby spinach** in portions.



6 ARRANGE

Apportion **orzo noodles** onto plates, add **mushrooms**, baked **cherry tomatoes** and the rest of the **parmesan** and enjoy.

SERVES 2 | 4

INGREDIENTS

	2P		4P	
Brown mushrooms	1 x	150 g	1 x	300 g
Sweet paprika powder	1 x	4 g	2 x	4 g
Shallot	1 x	50 g	2 x	50 g
Garlic cloves	1 x	9 g	1 x	9 g
Cherry tomatoes	1 x	150 g	1 x	300 g
Basil	1 x	10 g	1 x	10 g
Tomato purée	1 x	70 g	1 x	70 g
Orzo noodles 1)	½ x	500 g	1 x	500 g
Parmesan 3) 7)	1 x	20 g	2 x	20 g
Mozzarella 7)	1 x	125 g	2 x	125 g
Young spinach	1 x	100 g	1 x	200 g
Vegetable stock*		400 ml		800 ml
Olive oil*		½ tbsp.		1 tbsp.
Oil*		½ tbsp.		1 tbsp.
Salt*, pepper*	According to taste			

The quantities above are the minimum quantities.

* 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	100 g	PORTION
Calories	666 kJ/159 kcal	2919kJ/698 kcal
Fat	7 g	22 g
– incl. saturated fats	4 g	12 g
Carbohydrate	15 g	84 g
– incl. sugar	2 g	8 g
Protein	8 g	26g
Dietary fibre	2 g	6 g
Salt	< 1 g	2 g

ALLERGENS

1) Wheat 3) Egg 7) Milk

(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).



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

BON APPETIT!



RISOTTO DE PÂTES ORZO AUX CHAMPIGNONS, tomates cerises au four, pousses d'épinard et mozzarella









HELLO PÂTES ORZO

Les pâtes Orzo portent souvent à confusion ! Elles sont en effet souvent désignées comme « pâtes de riz » mais sont fabriquées à partir de semoule de blé dur.



-  Concentré de tomate
-  Tomates cerises
-  Pâtes Orzo
-  Mozzarella
-  Parmesan
-  Pousses d'épinard
-  Champignons bruns
-  Paprika doux en poudre
-  Basilic
-  Gousse d'ail
-  Échalote

-  30 minutes
-  Niveau 2
-  Express
-  Family
-  Exploration
-  Veggie

Cette recette pourrait également s'appeler « Orzotto » car elle est préparée comme un risotto, mais avec des pâtes Orzo et non pas du riz. La préparation est très simple : pendant que vous ferez braiser au four les tomates cerises marinées et les champignons, vous préparerez le reste dans une casserole. Le mot d'ordre pour cette recette : mélanger, mélanger et encore mélanger. Ces saveurs épicées sont la parfaite récompense après une longue journée !

Laver les légumes et les fines herbes. Pour réaliser cette recette, il vous faut **1** grande poêle (avec couvercle), du papier de cuisson, une plaque de cuisson, **1** grand saladier, un presse-ail et une râpe à légumes.



1 PRÉPARER LES LÉGUMES

Chauffer **400 ml [800 ml]** d'eau dans la bouilloire. Préchauffer le four à **220 °C** (chaleur tournante **200 °C**).

Couper en quatre ou en huit les **champignons bruns** en fonction de leur taille, puis verser dans un grand saladier et faire mariner avec de l'**huile d'olive***, du **paprika**, du **sel*** et **poivre***.

Éplucher l'**échalote** et l'**ail**. Couper l'**échalote** en fines tranches.

Couper les **tomates cerises** en deux.



2 FAIRE CUIRE LES LÉGUMES

Placer les **champignons** et les moitiés de **tomates cerises** les uns à côtés des autres sur une plaque recouverte de papier de cuisson.

Saler* et **poivrer*** les moitiés de **tomates cerises** et enfourner les **légumes** à mi-hauteur env. 20 min.

Arracher les feuilles de **basilic** puis les hacher finement (ne pas jeter les tiges).

Préparer du **bouillon de légumes*** chaud.



3 FAIRE REVENIR LES PÂTES ORZO

Dans une petite poêle, chauffer l'**huile*** à feu moyen et faire blondir les tranches d'**échalote** 2 à 3 min.

Y ajouter les **pâtes Orzo** et les tiges de **basilic**, puis y presser l'**ail** et faire revenir encore 2 à 3 min.

★ **ASTUCE:** nous vous avons envoyé plus de **pâtes Orzo** que ce dont vous avez besoin pour 2 personnes.



4 AFFINER LES PÂTES ORZO

Déglacer les **pâtes Orzo** avec le **bouillon de légumes** préparé, couvrir et laisser mijoter 8 à 9 min. à feu moyen en remuant.

★ **ASTUCE:** si le bouillon s'évapore trop vite, rajouter un peu d'eau.



5 PARFAIRE LE RISOTTO

Râper finement le **parmesan**. Couper la **mozzarella** en morceaux d'env. 1 cm.

Retirer les tiges de **basilic**.

Quand les **pâtes Orzo** sont cuites, incorporer les feuilles de **basilic** hachées, les morceaux de **mozzarella** et la moitié du **parmesan** râpé, **saler*** et **poivrer***.

Incorporer à la fin par portions les **pousses d'épinard**.



6 DRESSER

Servir le **risotto de pâtes Orzo** dans les assiettes, garnir des **champignons**, des **tomates cerises** cuites et du reste de **parmesan** et savourer.

2 | 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	2P		4P	
Champignons bruns	1 x	150 g	1 x	300 g
Paprika doux en poudre	1 x	4 g	2 x	4 g
Échalote	1 x	50 g	2 x	50 g
Gousse d'ail	1 x	9 g	1 x	9 g
Tomates cerises	1 x	150 g	1 x	300 g
Basilic	1 x	10 g	1 x	10 g
Concentré de tomate	1 x	70 g	1 x	70 g
Pâtes Orzo 1)	½ x	500 g	1 x	500 g
Parmesan 3) 7)	1 x	20 g	2 x	20 g
Mozzarella 7)	1 x	125 g	2 x	125 g
Pousses d'épinard	1 x	100 g	1 x	200 g
Bouillon de légumes*		400 ml		800 ml
Huile d'olive*		½ cs.		1 cs.
Huile*		½ cs.		1 cs.
Sel*, poivre*	selon les goûts			

Les indications ci-dessus se rapportent à des quantités minimales.

* Ingrédients à avoir chez soi.

🍷 Tenez 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	100 g	PORTION
Valeur calorique	666 kJ/159 kcal	2919kJ/698 kcal
Graisse	7 g	22 g
- dont acides gras saturés	4 g	12 g
Glucides	15 g	84 g
- dont sucre	2 g	8 g
Protéines	8 g	26g
Fibres	2 g	6 g
Sel	< 1 g	2 g

ALLERGÈNES

1) blé 3) œuf 7) lait

(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

BON APPÉTIT!