

Orzotto mit Mozzarella und rauchigen Pilzen dazu gebackene Cherry-Tomaten

Family Vegetarisch unter 650 Kalorien 30 – 40 Minuten • 589 kcal • Tag 3 kochen



Orzo-Nudeln



braune Champignons



Zwiebel



rote Cherry-Tomaten



Knoblauchzehe



Hartkäse ital. Art, gerieben



Tomatenpesto



Gewürzmischung
„Hello Smoky Paprika“



Basilikum



geriebener Thymian



Mozzarella



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Zucker*, Wasser*, Gemüsebouillonpulver*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Knoblauchpresse, 1 grosse Schüssel, 1 Messbecher und 1 grosse Bratpfanne mit Deckel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Orzo-Nudeln 15)	1 x 180 g	1 x 360 g
braune Champignons	1 x 150 g	1 x 300 g
Zwiebel	1 x 100 g	2 x 100 g
rote Cherry-Tomaten	1 x 125 g	1 x 250 g
Knoblauchzehe	2 x 4 g	4 x 4 g
Hartkäse Ital. Art, gerieben 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Tomatenpesto	1 x 50 g	2 x 50 g
Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ 9)	1 x 3 g	2 x 3 g
Basilikum	1 x 10 g**	1 x 10 g
geriebener Thymian	1 x 1 g**	1 x 1 g
Mozzarella 7)	1 x 125 g	2 x 125 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. 560 g)
Brennwert	440 kJ/ 105 kcal	2464 kJ/ 589 kcal
Fett	2.6 g	14.6 g
- davon ges. Fettsäuren	0.7 g	3.8 g
Kohlenhydrate	12.7 g	71.3 g
- davon Zucker	1.6 g	8.8 g
Eiweiss	3.5 g	19.8 g
Salz	0.35 g	1.96 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 9) Senf 15) Weizen

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



1 Gemüse vorbereiten

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

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Champignons vierteln oder achteln, in eine grosse Schüssel geben, mit „**Hello Smoky Paprika**“ und 1 EL [2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** marinieren.

Zwiebel in dünne Streifen schneiden.

Cherry-Tomaten halbieren.

Aus 450 ml [900 ml] heissem **Wasser*** und 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver*** eine **Bouillon** vorbereiten.



2 Gemüse backen

Marinierte **Champignons** und **Cherry-Tomatenhälften** nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

Cherry-Tomatenhälften mit **Salz***, **Pfeffer*** und 1 Prise **Zucker*** würzen und alles ca. 20 Min. backen.



3 Orzo braten

Basilikumblätter in Streifen schneiden (Stiele nicht wegwerfen).

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Zwiebelstreifen** darin 2 – 3 Min. anbraten.

Tomatenpesto, die Hälfte [gesamten] gerebelten **Thymian**, **Orzo-Nudeln** und **Basilikumstiele** zugeben.

Knoblauch hineinpressen und alles weitere 2 – 3 Min. braten.



4 Orzo verfeinern

Orzo-Nudeln mit der vorbereiteten **Gemüsebouillon** ablöschen und mit geschlossenem Deckel 12 – 14 Min. bei niedriger Hitze köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren.

Tipp: Sollte das Wasser zu schnell verdunsten, gib Schluck für Schluck mehr Wasser dazu.

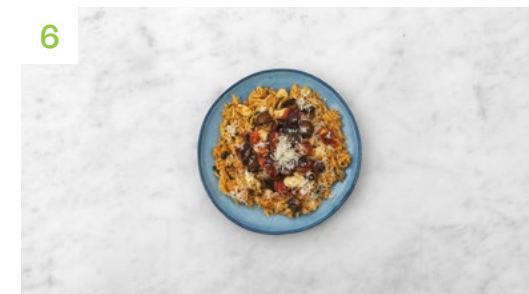


5 Orzo vollenden

Mozzarella in ca. 1 cm Stücke zupfen.

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

Basilikumstiele entfernen.



6 Anrichten

Orzo-Nudel-Risotto auf Teller verteilen, mit rauchigen **Champignons**, gebackenen **Cherry-Tomaten** und restlichem **Hartkäse** toppen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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





Orzotto with mozzarella and smoky mushrooms

served with baked cherry tomatoes

Family Vegetarian Under 650 calories 30–40 minutes • 589 kcal • Cook on day 3



Orzo pasta



Brown mushrooms



Onion



Red cherry tomatoes



Garlic clove



Grated Italian-style hard cheese



Tomato pesto



“Hello Smoky Paprika” spice mix



Basil



Dried thyme



Mozzarella



Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

Basics from your kitchen*

Salt*, pepper*, oil*, sugar*, water*, vegetable stock powder*

Cooking utensils

1 baking tray with baking paper, 1 garlic press, 1 large bowl, 1 measuring jug and 1 large frying pan with lid

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Orzo pasta 15	1 x 180 g	1 x 360 g
Brown mushrooms	1 x 150 g	1 x 300 g
Onion	1 x 100 g	2 x 100 g
Red cherry tomatoes	1 x 125 g	1 x 250 g
Garlic clove	2 x 4 g	4 x 4 g
Grated Italian-style hard cheese 7 8	1 x 20 g	1 x 40 g
Tomato pesto	1 x 50 g	2 x 50 g
"Hello Smoky Paprika" spice mix 9	1 x 3 g	2 x 3 g
Basil	1 x 10 g**	1 x 10 g
Dried thyme	1 x 1 g**	1 x 1 g
Mozzarella 7	1 x 125 g	2 x 125 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

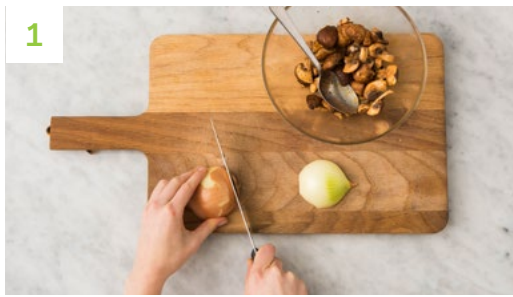
(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 560 g)
Calories	440 kJ/105 kcal	2464 kJ/589 kcal
Fat	2.6 g	14.6 g
– of which saturated fats	0.7 g	3.8 g
Carbohydrate	12.7 g	71.3 g
– of which sugar	1.6 g	8.8 g
Protein	3.5 g	19.8 g
Salt	0.35 g	1.96 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 **9** Mustard **15** Wheat

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



1 Prepare the vegetables

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

Heat plenty of water in the kettle.

Cut the mushrooms into quarters or eighths, put them in a large bowl, marinate with the "Hello Smoky Paprika" and 1 tbsp. [2 tbsp.] oil*, salt* and pepper*.

Cut the onion into thin strips.

Cut the cherry tomatoes in half.

Make a stock from 450 ml [900 ml] hot water* and 4 g [8 g] vegetable stock powder*.



2 Bake the vegetables

Put the marinated mushrooms and the cherry tomato halves next to each other on a baking tray lined with baking paper.

Season the cherry tomatoes with salt*, pepper* and 1 pinch of sugar*, then bake for about 20 min.



3 Fry the orzo

Chop the basil leaves into strips (keep the stalks).

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in a large frying pan on medium heat. Sauté the onion strips for 2–3 min.

Add the tomato pesto, half [all] of the dried thyme, the orzo pasta and the basil stalks.

Press in the garlic and fry for another 2–3 min.



4 Refine the orzo

Deglaze the orzo with the vegetable stock, put the lid on and simmer on a low heat for 12–14 min. Stir occasionally.

Tip: If the water evaporates too quickly, keep adding a little more at a time.



5 Finish the orzo

Tear the mozzarella into 1 cm pieces.

When the orzo is cooked, stir in the chopped basil leaves, mozzarella and half of the grated hard cheese and season with salt* and pepper*.

Remove the basil stalks.



6 Serve

Apportion the orzo onto plates and top with the smoky mushrooms, baked cherry tomatoes and remaining hard cheese.

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/



Orzotto à la mozzarella et aux champignons fumé

Tomates cerises cuites

Famille Végétarien Moins de 650 calories 30 – 40 minutes • 589 kcal • Cuisiner au 3e jour



Pâtes orzo



Champignons bruns



Oignons



Tomates cerises rouges



Gousses d'ail



Fromage italien à pâte dure râpé



Pesto de tomates



Mélange d'épices « Hello Smoky Paprika »



Basilic



Thym moulu



Mozzarella



C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

Basiques dans votre cuisine*

Sel*, poivre*, huile*, sucre*, eau*, bouillon de légumes en poudre*

Ustensiles de cuisine

1 plaque de cuisson avec du papier sulfurisé, 1 presse-ail, 1 saladier, 1 verre doseur et 1 grand poêle avec couvercle

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Pâtes orzo 15)	1 x 180 g	1 x 360 g
Champignons bruns	1 x 150 g	1 x 300 g
Oignons	1 x 100 g	2 x 100 g
Tomates cerises rouges	1 x 125 g	1 x 250 g
Gousse d'ail	2 x 4 g	4 x 4 g
Fromage italien à pâte dure râpé 7) 8)	1 x 20 g	1 x 40 g
Pesto à la tomate	1 x 50 g	2 x 50 g
Mélange d'épices « Hello Smoky Paprika » 9)	1 x 3 g	2 x 3 g
Basilic	1 x 10 g**	1 x 10 g
Thym moulu	1 x 1 g**	1 x 1 g
Mozzarella 7)	1 x 125 g	2 x 125 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. 560 g)
Valeur calorique	440 kJ/ 105 kcal	2464 kJ/ 589 kcal
Lipides	2,6 g	14,6 g
- dont acides gras saturés	0,7 g	3,8 g
Glucides	12,7 g	71,3 g
- dont sucre	1,6 g	8,8 g
Protéines	3,5 g	19,8 g
Sel	0,35 g	1,96 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 9) moutarde 15) blé

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



1 Préparer les légumes

Préchauffer le four à 220 °C chaleur supérieure/inférieure (chaleur tournante 200 °C).

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire.

Couper les champignons en quatre ou en huit, les mettre dans un saladier, les faire mariner avec le mélange « Hello Smoky Paprika » et 1 cs [2 cs] d'huile*, du sel* et du poivre*.

Couper l'oignon en fines lamelles.

Couper les tomates cerises en deux.

Préparer un bouillon avec 450 ml [900 ml] d'eau chaude et 4 g [8 g] de bouillon de légumes en poudre*.



2 Cuire les légumes

Disposer les champignons marinés et les moitiés de tomates cerises côte à côte sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.

Assaisonner les tomates cerises avec du sel*, du poivre* et 1 pincée de sucre*, puis enfourner le tout env. 20 min.



3 Faire revenir les pâtes Orzo

Déchirer les feuilles de basilic en lamelles (conserver les tiges).

Dans une grande poêle, chauffer à feu moyen 1 cs [2 cs] d'huile*. Y faire revenir les lamelles d'oignon 2 à 3 min.

Ajouter le pesto de tomate, la moitié [la totalité] du thym moulu, les pâtes orzo et les tiges de basilic.

Y presser l'ail et faire revenir le tout pendant 2 à 3 min supplémentaires.



4 Affiner les pâtes Orzo

Dégeler les pâtes orzo avec le bouillon de légumes préparé et laisser mijoter à feu doux 12 à 14 min avec le couvercle. Remuer de temps en temps.

Astuce : si l'eau s'évapore trop vite, rajoutez-en par petites quantités.



5 Terminer les pâtes Orzo

Couper la mozzarella en morceaux d'env. 1 cm.

Lorsque les pâtes Orzo sont cuites, ajouter les feuilles de basilic hachées, les morceaux de mozzarella et la moitié du fromage à pâte dure râpé et assaisonner avec du sel* et du poivre*.

Retirer les tiges de basilic.



6 Dresser

Répartir le risotto aux pâtes Orzo sur des assiettes, garnir de champignons fumés, de tomates cerises cuites au four et du reste de fromage à pâte dure.

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/

