



Risotto van orzo met paddenstoelen

Met kruidenkaas en vers basilicum



ORZO

Orzo is het Italiaanse woord voor gerst, maar wordt eigenlijk gemaakt van griesmeel van durumtarwe. Deze tarwesoort wordt ook gebruikt om couscous te maken.



Sjalot



Knoflookteen



Vers basilicum *



Bosui *



Orzo



Pompoenpitten



Gemengde paddenstoelen *



Kruidenkaasblokjes *

Totaal: 20-25 min.

Veggie

Gemakkelijk

Calorie-focus

Eet binnen 5 dagen

Bij risotto denk je misschien niet meteen aan snel, maar dat is dit recept wel. Je maakt het vandaag namelijk met orzo, een pastasoort in de vorm van rijst. Orzo heeft minder tijd nodig om te garen, maar heeft wel het smeuïge dat je van risotto gewend bent. De kruidenkaasblokjes maken het gerecht extra romig.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **risotto van orzo met paddenstoelen**.



1 VOORBEREIDEN

Bereid de bouillon. Snipper de **sjalot** en pers of snijd de **knoflook** fijn. Scheur de blaadjes **basilicum** klein en snijd de **bosui** in ringen.



2 FRUITEN

Verhit de helft van de roomboter in een pan met deksel en fruit de **sjalot** en **knoflook** 2 minuten op middellaag vuur. Voeg de **orzo** toe en bak 1 minuut mee.



3 ORZO KOKEN

Schenk de bouillon over de **orzo** en kook de **orzo**, afgedekt, in 10 – 12 minuten droog. Roer regelmatig door en voeg eventueel extra water toe als de **orzo** te droog wordt.



4 PITTEN ROOSTEREN

Verhit ondertussen een koekenpan op hoog vuur en rooster de **pumpoenpitten**, zonder olie, tot ze beginnen te poffen. Haal uit de pan en bewaar apart.



5 RISOTTO AFMAKEN

Verhit de overige roomboter in dezelfde koekenpan en bak de **paddenstoelen** en **bosui** ★ 5 – 6 minuten op middelhoog vuur. Voeg de **paddenstoelen**, **bosui** en de helft van de **kruidenkaasblokjes** toe aan de **orzo** en laat al roerend smelten. Breng op smaak met peper en zout.



6 SERVEREN

Verdeel de **orzo** over de borden. Bestrooi met de **pumpoenpitten** en garneer met de overige **kruidenkaas** en het **basilicum**.

★ **TIP:** Houd je van een bite? Voeg de helft van de bosui toe aan de koekenpan en gebruik de rest om het gerecht mee te garneren.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Sjalot (st)	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Vers basilicum (blaadjes) 23 *	3	6	9	12	15	18
Bosui (st) *	2	4	6	8	10	12
Orzo (g) 1	85	170	250	335	420	500
Pumpoenpitten (g) 19) 22) 25)	10	20	30	40	50	60
Gemengde paddenstoelen (g) *	175	350	525	700	875	1050
Kruidenkaasblokjes (g) 7) *	40	75	100	125	150	175

Zelf toevoegen

Groentebouillon (ml)	175	350	525	700	875	1050
Roomboter (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

Energie (kJ/kcal)	2561 / 612	458 / 109
Vet totaal (g)	25	4
Waarvan verzadigd (g)	13,6	2,4
Koolhydraten (g)	66	12
Waarvan suikers (g)	5,0	0,9
Vezels (g)	8	1
Eiwit (g)	27	5
Zout (g)	2,7	0,5


ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose

Kan sporen bevatten van: 19) Pinda's 22) Noten 23) Selderij 25) Sesam

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

   #HelloFresh

 Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).