

# Orzo cremoso con chalota y portobello

con queso crema al limón y queso pecorino

Familia Vegetariano

Cocinando: 25 min • Listo en: 30 min

11



Chalota



Portobello



Limón



Estragón



Orzo



Queso crema



Caldo vegetal



Pecorino

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, mantequilla, agua.

## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.  
Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Sartén grande, jarra medidora, cazo, bol pequeño, rallador fino.

## Ingredientes

	2P	4P
Chalota*	2 unidades	4 unidades
Portobello	250 gramos	500 gramos
Limón	½ unidad	1 unidad
Estragón	½ unidad	1 unidad
Orzo <b>13</b>	180 gramos	360 gramos
Queso crema* <b>7</b>	3 paquetes	6 paquetes
Caldo vegetal <b>10</b>	1 sobre	2 sobres
Pecorino* <b>7</b>	20 gramos	40 gramos
Mantequilla	1 cucharada	2 cucharadas
Agua	350 ml	700 ml

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

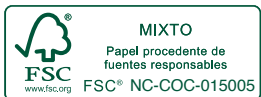
	Por ración	Por 100 g
<b>en base a los ingredientes sin cocinar</b>	<b>342 g</b>	<b>100 g</b>
Valor energético (kJ/kcal)	2657/ 635	777/ 186
Grasas (g)	13,0	3,8
de las cuales saturadas (g)	7,6	2,2
Carbohidratos (g)	79,6	23,3
de los cuales azúcares (g)	10,6	3,1
Proteínas (g)	19,3	5,6
Sal (g)	2,0	0,6

## Alérgenos

7) Leche **10**) Apio **13**) Cereales que contienen gluten.

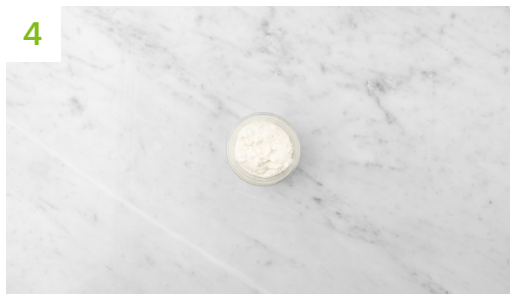
Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Recíclame!



## Prepara los vegetales

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela la **chalota**, divídela en dos y corta cada mitad en tiras de 2 cm. Limpia los **portobellos** con la ayuda de un paño húmedo. Retira y desecha el extremo del pie de los **portobellos**. Luego, córtalos por la mitad y haz láminas finas.



## Prepara el queso al limón

Ralla la piel de medio **limón** (doble para 4p). En un bol pequeño, mezcla el **queso crema**, el **queso pecorino**, la mitad de la de **ralladura de limón** y el zumo de ¼ del **limón** (doble para 4p). **Salpimienta** al gusto. Deshoja la mitad del **estragón** (doble para 4p) y pícalo en trozos no demasiado pequeños.

**CONSEJO:** Ralla únicamente la parte exterior y amarilla de la piel, sin llegar a la parte blanca.



## Saltea las setas

En una sartén grande, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Luego, agrega la **chalota**, **salpimienta** y saltea 6-8 min, removiendo frecuentemente, hasta que esté dorada. Añade las **setas portobello** y saltea a fuego medio-alto 5-6 min más, moviendo frecuentemente, hasta que se doren. **Salpimienta** al gusto.

**CONSEJO:** Si la sartén está bien caliente, las setas soltarán menos agua al cocinarse.



## Agrega el orzo y combina

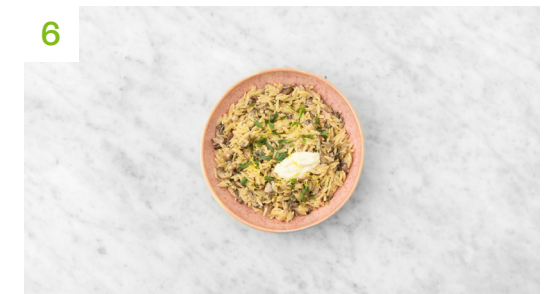
En la sartén con los **portobello** y la **chalota**, agrega la mitad del **estragón** picado, la mitad del **queso al limón**, el **orzo** y, de forma opcional, la **mantequilla** (ver cantidad en ingredientes). **Salpimienta** y mezcla bien para que se integren los ingredientes.



## Cocina el orzo

En un cazo, agrega un chorrito de **aceite** y el **orzo** y cocina a fuego medio durante 1 min. Luego, añade el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y el **caldo vegetal** en polvo y cocina 10-15 min, removiendo frecuentemente, hasta que quede tierno. **Salpimienta** al gusto.

**CONSEJO:** Si el caldo se ha consumido y el orzo no está listo, agrega tanta agua como necesites.



## Emplata y disfruta

Sirve el **orzo** cremoso con **portobellos** y **chalota** en platos y cubre con el **queso al limón** restante. Espolvorea con el **estragón** picado y la **ralladura de limón** restante. Agrega zumo de **limón** al plato al gusto.

## ¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

