

## Orzo mit Tomaten, Oliven und Feta

VORBEREITEN

10  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

300 g Orzo  
2 Knoblauchzehen  
1 Esslöffel Olivenöl  
2 große Tomaten  
100 g Kalamata-Oliven  
100 g Feta  
60 g Pinienkerne  
1/3 Bund Petersilie  
Salz, Pfeffer  
2 Esslöffel Olivenöl

Orzo sind längliche Körner aus Hartweizengrieß, die ein kleines bisschen an Reis erinnern, aber ohne lange Kochzeit auskommen. Perfekt also für deinen Feierabend. Noch ein paar aromatische Tomaten, Kalamata-Oliven und würzigen Feta untermischen und auf deinem Teller geht die Sonne auf.

- 1 -

Orzo nach Packungsanleitung zubereiten.

- 2 -

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl goldbraun anrösten und beiseitestellen. Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Tomaten würfeln und Oliven in Scheiben schneiden. Feta grob zerkrümeln.

- 3 -

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und Knoblauch ca. 1 Minute anbraten. Tomaten hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Weitere 3-4 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Oliven zu den Tomaten geben und Mischung vom Herd nehmen.

- 4 -

Petersilie grob hacken. Orzo und Feta mit Tomaten-Oliven-Mischung vermengen. Auf Teller verteilen und mit Petersilie und gerösteten Pinienkernen garnieren.