



Büffelmozzarella

mit gegrillter Balsamico-Nektarine und Rucola

Vegetarisch 10 – 15 Minuten • 540 kcal • Tag 3 kochen

301



Büffelmozzarella



Nektarine



Rucola



Basilikum Paste



Balsamicoreme



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche Obst und Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*

Kochutensilien

1 Aluminiumfolie, 1 Grill und 1 grosse Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

		2P
Büffelmozzarella 7)	2 x	125 g
Nektarine	2 x	100 g
Rucola	1 x	75 g
Basilikum Paste	1 x	15 ml
Balsamicocrema 14)	2 x	12 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. 290 g)
Brennwert	787 kJ/ 188 kcal	2259 kJ/ 540 kcal
Fett	14.4 g	41.3 g
– davon ges. Fettsäuren	7.9 g	22.6 g
Kohlenhydrate	7.3 g	20.9 g
– davon Zucker	4.8 g	13.7 g
Eiweiss	7.6 g	21.8 g
Salz	0.29 g	0.85 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)

14) Schwefeldioxide und Sulfite

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



1 Dressing vorbereiten

In einer grossen Schüssel **Basilikumpaste**, 1 EL **Olivenöl*** und 1 EL **Wasser*** verrühren.



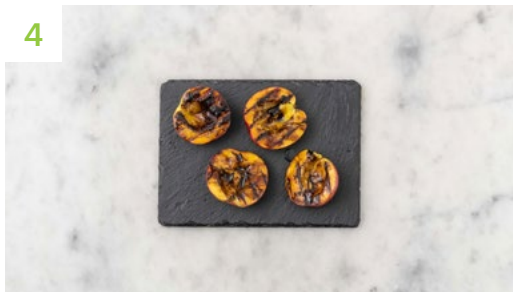
2 Nektarine schneiden

Nektarine halbieren, den Kern dabei entfernen.



3 Nektarine marinieren

Schnittseite der **Nektarine** mit der Hälfte der **Balsamicocrema** bestreichen.



4 Ab an den Grill

Nektarine-Hälften mit der Schnittseite nach unten auf ein Stück Alufolie legen und auf dem Grill 2 – 3 Min. grillen.



5 Salat fertigstellen

Rucola unter das vorbereitete **Dressing** in der Schüssel heben und marinieren lassen.



6 Anrichten

Rucola auf Teller verteilen, **gegrillte Nektarine** darauf legen und den **Büffelmozzarella** in die Mitte setzen. Mit restlicher **Balsamicocrema** garnieren.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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



Buffalo mozzarella

with grilled balsamic nectarine and rocket

Vegetarian 10–15 minutes • 540 kcal • Cook on day 3

301



Buffalo mozzarella



Nectarine



Rocket



Basil paste



Balsamic cream



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Let's get started

Wash the fruit and vegetables.

Basics from your kitchen*

Olive oil*

Cooking utensils

1 aluminium foil, 1 grill and 1 large bowl

Ingredients for 2 | 4 persons

		2P
Buffalo mozzarella 7)	2 x	125 g
Nectarine	2 x	100 g
Rocket	1 x	75 g
Basil paste	1 x	15 ml
Balsamic cream 14)	2 x	12 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. 290 g)
Calories	787 kJ/188 kcal	2259 kJ/540 kcal
Fat	14.4 g	41.3 g
– of which saturated fats	7.9 g	22.6 g
Carbohydrate	7.3 g	20.9 g
– of which sugar	4.8 g	13.7 g
Protein	7.6 g	21.8 g
Salt	0.29 g	0.85 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.

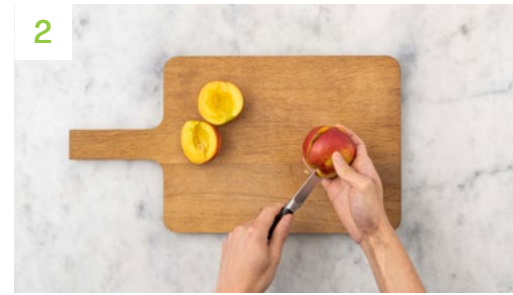
Allergens: 7) Milk (including lactose) **14)** Sulphur dioxide and sulphites

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



1 Prepare the dressing

In a large bowl, mix the basil paste, 1 tbsp. olive oil* and 1 tbsp. water*.



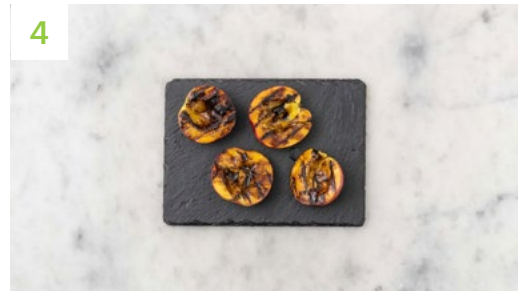
2 Cut the nectarine

Halve the nectarine and remove the stone.



3 Marinate the nectarine

Spread half of the balsamic cream on the cut side of the nectarine.



4 On to the grill

Place the nectarine halves with the cut side down on a piece of aluminium foil and put them on the grill for 2–3 min.



5 Finish the salad

Combine the rocket with the prepared dressing in the bowl and let it marinate.



6 Serve

Apportion the rocket on plates, place the grilled nectarine on top and put the buffalo mozzarella in the middle. Garnish with the remaining balsamic cream.

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/



Mozzarella de bufflonne avec nectarine balsamique grillée et roquette

Végétarien 10 – 15 minutes • 540 kcal • Cuisiner au 3e jour

301



Mozzarella de bufflonne



Nectarine



Roquette



Pâte de basilic



Crème de vinaigre
balsamique



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

C'est parti

Laver les fruits et les légumes.

Basiques dans votre cuisine*

Huile d'olive*

Ustensiles de cuisine

1 feuille d'aluminium, 1 barbecue et 1 saladier

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	
Mozzarella de bufflonne 7	2 x	125 g
Nectarine	2 x	100 g
Roquette	1 x	75 g
Pâte de basilic	1 x	15 ml
Crème de vinaigre balsamique 14	2 x	12 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. 290 g)
Valeur calorique	787 kJ/ 188 kcal	2 259 kJ/ 540 kcal
Lipides	14,4 g	41,3 g
– dont acides gras saturés	7,9 g	22,6 g
Glucides	7,3 g	20,9 g
– dont sucre	4,8 g	13,7 g
Protéines	7,6 g	21,8 g
Sel	0,29 g	0,85 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) **14** dioxydes de soufre et sulfites

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



1 Préparer la vinaigrette

Dans un saladier, mélanger la pâte de basilic, 1 cs d'huile d'olive* et 1 cs d'eau*.



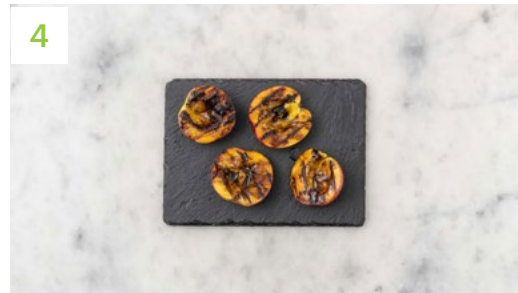
2 Couper les nectarines

Couper les nectarines en deux et retirer les noyaux.



3 Faire mariner les nectarines

Badigeonner le côté coupé de la nectarine avec la moitié de la crème de vinaigre balsamique.



4 Mettre sur le grill

Placer les moitiés de nectarine sur une feuille d'aluminium avec le côté coupe vers le bas et faire cuire sur le barbecue pendant 2 à 3 min.



5 Préparer la salade

Incorporer la roquette à la vinaigrette préparée dans le saladier et laisser mariner.



6 Dresser

Répartir la roquette sur les assiettes, y placer mettre les nectarines grillées et placer la mozzarella de bufflonne au centre. Garnir avec le reste de crème de vinaigre balsamique.

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/

