

Knödeltaler mit Pilzrahm

dazu bunter Salat mit Honig-Senf-Dressing

Family Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 682 kcal • Tag 3 kochen



Sonntagsknödel



Champignons



Blattsalatsmischung



Radiesli



Rüebli



Zwiebel



Halbrahm aus Saland



mittelscharfer Senf



Worcester Sauce



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Essig*, Gemüsebouillonpulver*, Butter*, Olivenöl*, Pfeffer*, Salz*, Wasser*, Honig*

Kochutensilien

1 Gemüseraffel, 1 grosse Schüssel, 1 grosse Bratpfanne, 1 grosser Topf und 1 Gemüeschäler

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Sonntagsknödel (14) (15) (18)	1 x 500 g	2 x 500 g
Champignons	1 x 150 g	1 x 300 g
Blattsaladmischung	1 x 75 g	2 x 75 g
Radiesli	1 x 100 g	1 x 200 g
Rüebli	1 x 100 g	2 x 100 g
Zwiebel	1 x 100 g	2 x 100 g
Halbrahm aus Saland (7)	1 x 150 g	2 x 150 g
mittelscharfer Senf (9)	0.5 x 10 ml**	1 x 10 ml
Worcester Sauce	1 x 8 ml	2 x 8 ml

**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. 650 g)
Brennwert	442 kJ/ 106 kcal	2855 kJ/ 682 kcal
Fett	5.1 g	33.2 g
- davon ges. Fettsäuren	1.7 g	11 g
Kohlenhydrate	12.9 g	83.4 g
- davon Zucker	4.6 g	29.8 g
Eiweiss	1.6 g	10.6 g
Salz	0.66 g	4.25 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) **(9)** Senf **(14)** Schwefeldioxyde und Sulfite **(15)** Weizen **(18)** Roggen

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



1 Dressing zubereiten

In einer grossen Schüssel 1 TL [2 TL] **Honig***, die Hälfte [alles] vom **Senf**, 2 EL [4 EL] **Olivenöl***, 1 EL [2 EL] **Wasser*** und 1 TL [2 TL] **Essig*** zu einem **Dressing** verrühren. **Dressing** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



2 Salat vorbereiten

Rüebli schälen und in die grosse Schüssel zu dem **Dressing** raffeln.

Radiesli vierteln und in die grosse Schüssel geben. Alles mit dem **Dressing** marinieren lassen.



3 Gemüse schneiden

Champignons je nach Grösse halbieren oder vierteln. **Zwiebel** in feine Halbringe schneiden.



4 Champignonrahm zubereiten

In einem grossen Topf 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen. **Champignons** und **Zwiebel** darin 5 – 6 Min. scharf anbraten, bis die **Pilze** leicht gebräunt sind.

Hitze reduzieren, **Topfinhalt** mit **Worcester Sauce**, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver***, **Halbrahm** und 50 ml [100 ml] **Wasser*** ablöschen und unter gelegentlichem Umrühren 1 – 2 Min. einköcheln lassen, bis die **Sauce** dick genug ist. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 Währenddessen

Sonntagsknödel in je 3 Scheiben schneiden.

1 EL [2 EL] **Butter*** in einer grossen Bratpfanne erhitzen.

Tipp: Benutze 2 Bratpfannen für 4 Personen.

Knödeltaler in der Bratpfanne auf mittlerer Hitze je Seite 5 – 6 Min. anbraten, bis sie goldbraun sind.

Tipp: Drücke die Taler zwischendurch mithilfe eines Bratpfannenwenders oder Löffels etwas flach.



6 Anrichten

Saladmischung unter den vorbereiteten **Salat** heben.

Salat auf Teller verteilen und **Knödeltaler** daneben anrichten. **Champignonrahm** nach Belieben auf den **Knödeltalern** verteilen oder dazu reichen.

En Guete!

Radiesli

Kindern kann das Wurzelgemüse zu scharf sein. Tipp für einen milderen Geschmack: übergiess die Radiesli mit heissem Wasser und lass sie 3 Minuten darin ziehen.

Du liebst HelloFresh?

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

