



Schwedische Hacktäschi mit Kartoffelpüree gerösteten Rüebli und Wildpreiselbeerkonfi

Viel Gemüse **Family** 35 – 45 Minuten • 907 kcal • Tag 2 kochen



Rüebli



mehlig. Kartoffeln



Zwiebel



HelloFresh Beef Gehacktes



Wildpreiselbeerenkonfi



Milch



Petersilie, glatt



Muskatnuss, gemahlen



mittelscharfer Senf



Semmelbrösel

**VOLLE WOCHE?
KEIN PROBLEM!**

Entdecke die neue Vielfalt
an schnellen Rezepten.



ZEIT SPAREN



Los geht's

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Wasser*, Öl*, Salz*, Pfeffer*, Rindsbouillonpulver*, Butter*, Mehl*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 grosse Schüssel, 1 grosse Bratpfanne, 1 grosser Topf, 1 Messbecher, 1 Kartoffelstampfer und 1 Sieb

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Rüebli	5 x 100 g	10 x 100 g
mehlig. Kartoffeln	1 x 600 g	1 x 1000 g
Zwiebel	1 x 100 g	2 x 100 g
HelloFresh Beef Gehacktes	1 x 250 g	1 x 500 g
Wildpreiselbeerenkonfi	1 x 50 g	2 x 50 g
Milch 7)	1 x 250 ml	2 x 250 ml
Petersilie, glatt	1 x 10 g**	1 x 10 g
Muskatnuss, gemahlen	1 x 1 g**	1 x 1 g
mittelscharfer Senf 9)	1 x 10 ml	2 x 10 ml
Semmelbrösel 15)	1 x 25 g	1 x 50 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. 970 g)
Brennwert	390 kJ/ 93 kcal	3795 kJ/ 907 kcal
Fett	3.9 g	37.5 g
- davon ges. Fettsäuren	0.4 g	4 g
Kohlenhydrate	10.1 g	98.6 g
- davon Zucker	3.3 g	32.3 g
Eiweiss	4.2 g	40.9 g
Salz	0.08 g	0.83 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 15) Weizen

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



Rüebli vorbereiten

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Rüebli nach Belieben schälen und in 1 cm Scheiben schneiden.

Rüebli auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für die **Hacktätschli** lassen) und mit 1 EL [2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Zwiebel sehr fein würfeln.



Für die Hacktätschli

In einer grossen Schüssel **Hackfleisch**, **Semmelbrösel**, 1 Prise **Muskatnuss**, **Senf**, Hälfte der **Zwiebelwürfel**, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Aus der **Masse** 2 [4] **Hacktätschli** formen.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen.

Hacktätschli 2 – 3 Min. rundherum scharf anbraten.

Hacktätschli dann neben die **Rüebli** auf das Backblech legen und alles ca. 20 Min. backen, das **Hackfleisch** durchgegart ist.

Bratpfanne für Schritt 4 aufbewahren.



Kartoffeln kochen

Kartoffeln schälen und je nach Grösse halbieren oder vierteln.

In einen grossen Topf reichlich heisses **Wasser*** füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen. **Kartoffeln** zugeben und 15 – 20 Min. weich garen.

Währenddessen in einem Messbecher 100 ml [200 ml] **Wasser***, die Hälfte der **Milch** und 4 g [8 g] **Rindsbouillonpulver*** verrühren.

Petersilienblätter fein hacken.



Sauce zubereiten

In der grossen Bratpfanne aus Schritt 2 restliche **Zwiebelwürfel** ohne weitere Fettzugabe 1 – 2 Min. braten. 1 TL [2 TL] **Butter*** zugeben und sobald die **Butter** etwas schäumt 1 EL [2 EL] (gestrichen) **Mehl*** einrühren.

Angerührte **Bouillon** unter Rühren zugeben, bis die **Mehlschwitze** klumpenfrei ist. Ca. 1 weitere Min. einkochen lassen, bis die **Sauce** eingedickt ist. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Püree stampfen

Kartoffeln durch ein Sieb abgiessen und zurück in den Topf geben.

Kartoffeln mit restlicher **Milch** und 1 Prise **Muskatnuss** mithilfe eines Kartoffelstampfers zu einem cremigen **Püree** verarbeiten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Kartoffelpüree und **Rüebli** auf Teller verteilen und mit **Petersilie** bestreuen. **Hacktätschli** dazu anrichten, mit **Sauce** toppen und mit **Wildpreiselbeerkonfi** geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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

