

Mexican vegan Pulled Sandwich mit Guacamole & Salsa Roja, dazu Süsskartoffelchips

25 – 35 Minuten • 1034 kcal • Tag 5 kochen

16



Reibekäse aus Saland



Jalapeño



Avocado



Tomaten



Aioli



Limette, gewachst



Koriander



Ketchup



Süßkartoffel



Gewürzmischung „Hello Fiesta“



Ciabatta-Brot



Planted veganes Pulled in BBQ-Marinade



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

Los geht's

Wasche das Gemüse und die Kräuter.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Wasser*, Salz*, Zucker*, Öl*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Gemüseraffel,
2 grosse Schüssel, 1 grosse Bratpfanne, und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P		4P	
Reibekäse aus Saland 7)	1 x	50 g	1 x	100 g
Jalapeño	1 x	30 g	2 x	30 g
Avocado	2 x	144 g	4 x	144 g
Tomaten	1 x	100 g	2 x	100 g
Aioli 8) 9)	1 x	20 g	1 x	40 g
Limette, gewachst	1 x	75 g	2 x	75 g
Koriander	1 x	10 g**	1 x	10 g
Ketchup 10)	1 x	25 g	1 x	50 g
Süsskartoffel	1 x	300 g	1 x	600 g
Gewürzmischung „Hello Fiesta“	1 x	4 g	2 x	4 g
Ciabatta-Brot 15)	1 x	250 g	2 x	250 g
Planted veganes Pulled in BBQ-Marinade 9) 15)	1 x	220 g	2 x	220 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. 690 g)
Brennwert	630 kJ/ 151 kcal	4325 kJ/ 1034 kcal
Fett	5.9 g	40.5 g
– davon ges. Fettsäuren	0.9 g	6.3 g
Kohlenhydrate	17.6 g	120.6 g
– davon Zucker	4.3 g	29.6 g
Eiweiss	6 g	41.3 g
Salz	0.62 g	4.24 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) **8)** Eier **9)** Senf **10)** Sellerie **15)** Weizen

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

1



Jalapeños einlegen

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

Erhitze 50 ml [100 ml] **Wasser** im Wasserkocher.

Limette vierteln.

Jalapeños nach Belieben entkernen (**Achtung: scharf!**) und in feine Streifen schneiden.

In einer kleinen Schüssel 50 ml [100 ml] heisses **Wasser***, **Saft** von 2 [4] **Limettenvierteln**, 0.5 TL [1 TL] **Salz*** und 0.5 TL [1 TL] **Zucker*** vermengen.

Jalapeños hinzugeben und bis zum Ende des Rezeptes marinieren lassen.

2



Für die Süsskartoffeln

Süsskartoffel in 0.5 cm Scheiben schneiden.

In einer grossen Schüssel **Süsskartoffelscheiben** mit 1 EL [2 EL] **Öl***, drei Viertel vom „Hello Fiesta“, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Süsskartoffelscheiben auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im Ofen 25 – 30 Min. backen.

3



Für die Guacamole

Koriander mit Stielen fein hacken.

Avocados halbieren, entkernen und das **Fruchtfleisch** mit der Hälfte vom **Koriander**, **Saft** von 1 [2] **Limettenviertel** und **Aioli** in eine grosse Schüssel geben und mithilfe einer Gabel zu einer **Guacamole** verarbeiten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Du liebst HelloFresh?

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

