

Panierter Camembert mit gebratenem Apfel getoppt mit Kräuter-Croûtons, dazu Wildpreiselbeeren-Dip

Vegetarisch **schnell** 20 – 30 Minuten • 1077 kcal • Tag 3 kochen



Camembert



Wildpreiselbeerenkonfi



Apfel



Salatherz (Romana)



Buttermilch-Zitronen-Dressing



Semmelbrösel



Kräuter-Croûtons



Rüebli



mittelscharfer Senf



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

Los geht's

Wasche Obst und Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Öl*, Mehl*, Wasser*

Kochutensilien

1 tiefer Teller, 1 Gemüseraffel, 1 grosse Schüssel und 1 grosse Bratpfanne

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Camembert 7)	2 x 125 g	4 x 125 g
Wildpreiselbeerenkonfi	1 x 50 g	2 x 50 g
Apfel	1 x 180 g	2 x 180 g
Salatherz (Romana)	1 x 170 g	2 x 170 g
Buttermilch-Zitronen-Dressing 7) 8) 9)	1 x 50 ml	2 x 50 ml
Semmelbrösel 15)	1 x 50 g	1 x 100 g
Kräuter-Crouçons 7) 15) 16)	1 x 40 g	2 x 40 g
Rüebli	1 x 100 g	2 x 100 g
mittelscharfer Senf 9)	0.5 x 10 ml**	1 x 10 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. 530 g)
Brennwert	854 kJ/ 204 kcal	4506 kJ/ 1077 kcal
Fett	12.7 g	67 g
– davon ges. Fettsäuren	4.2 g	22.2 g
Kohlenhydrate	15.7 g	82.9 g
– davon Zucker	6.1 g	31.9 g
Eiweiss	6.6 g	34.7 g
Salz	0.56 g	2.93 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 15) Weizen 16) Gerste

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



1 Kleine Vorbereitung

Rüebli grob raffeln.

Salatherz halbieren und in dünne Streifen schneiden.



2 Camembert panieren

In einem tiefen Teller 50 g [100 g] **Mehl*** mit 80 – 100 ml [160 ml] **Wasser*** zu einem glatten **Teig** verrühren.

Semmelbrösel und eine Prise **Salz*** in einen zweiten tiefen Teller geben und kurz vermengen.

Camemberts durch den **Mehlteig** ziehen und **Teigmasse** einigermassen gleichmässig verteilen, dann in die **Semmelbrösel** drücken und rundum panieren.



3 Camembert braten

In einer grossen Bratpfanne 6 EL [8 EL] **Öl*** bei mittlerer bis hoher Hitze erwärmen.

Panierte **Camemberts** darin 2 Min. pro Seite goldbraun braten.

Camemberts aus der Bratpfanne nehmen und ein wenig abkühlen lassen.



4 Apfel braten

Apfel vierteln, entkernen und jedes Viertel in drei Spalten schneiden.

Öl* aus der grossen Bratpfanne bis auf 1 EL entfernen (**Achtung: heiss!**) und bei mittlerer Hitze erwärmen.

Apfelstücke in die Bratpfanne geben und 2 – 3 Min. anbraten. Dabei gelegentlich wenden.



5 Salat zubereiten

Währenddessen in einer grossen Schüssel **Buttermilch-Zitronen-Dressing** und die Hälfte [den ganzen] **Senf** miteinander vermengen.

Salat und **Rüebli** dazu geben und vermengen.



6 Anrichten

Salat auf Teller verteilen und gebackene **Camemberts** dazu anrichten.

Salat mit **Kräuter-Crouçons** garnieren, **Preiselbeerkonfi** neben die **Camemberts** geben und 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!

