

# Röstkartoffeln mit Kräuterseitlingsrahm Babyspinat und Kräuterdip

Kalorien im Blick **Vegan** 35 – 45 Minuten • 427 kcal • Tag 3 kochen

33



vorw. festk. Kartoffeln



Babyspinat



Baby-Kräuterseitlinge



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Petersilie, glatt



vegane Mayonnaise



Sojasauce



Gewürzmischung  
„Hello Patatas“



Gewürzmischung  
„Hello Smoky Paprika“



Soja-Kochcrème



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

# Los geht's

Wasche Gemüse, Pilze und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Wasser\*

## Kochutensilien

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

## Zutaten 2 | 4 Personen

|   | 2P            | 4P            |
|---|---------------|---------------|
| vorw. festk. Kartoffeln                       | 1 x 500 g     | 1 x 1000 g    |
| Babypinac                                     | 1 x 50 g      | 1 x 100 g     |
| Baby-Kräuterseitlinge                         | 1 x 100 g     | 1 x 200 g     |
| rote Zwiebel                                  | 1 x 80 g      | 2 x 80 g      |
| Knoblauchzehe                                 | 1 x 4 g       | 2 x 4 g       |
| Petersilie, glatt                             | 1 x 10 g**    | 1 x 10 g      |
| vegane Mayonnaise                             | 1 x 25 g      | 2 x 25 g      |
| Sojasauce <b>11</b> <b>15</b>                 | 0.5 x 25 ml** | 1 x 25 ml     |
| Gewürzmischung „Hello Patatas“                | 1 x 6 g       | 2 x 6 g       |
| Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ <b>9</b> | 1 x 3 g       | 2 x 3 g       |
| Soja-Kochcrème <b>11</b>                      | 0.4 x 250 g** | 0.8 x 250 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. 460 g)  |
|-------------------------|--------------------|----------------------|
| Brennwert               | 392 kJ/<br>94 kcal | 1785 kJ/<br>427 kcal |
| Fett                    | 4.8 g              | 21.7 g               |
| – davon ges. Fettsäuren | 0.4 g              | 2 g                  |
| Kohlenhydrate           | 10 g               | 45.6 g               |
| – davon Zucker          | 1.1 g              | 4.9 g                |
| Eiweiss                 | 2.3 g              | 10.3 g               |
| Salz                    | 0.72 g             | 3.3 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:** **9** Senf **11** Soja **15** Weizen

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



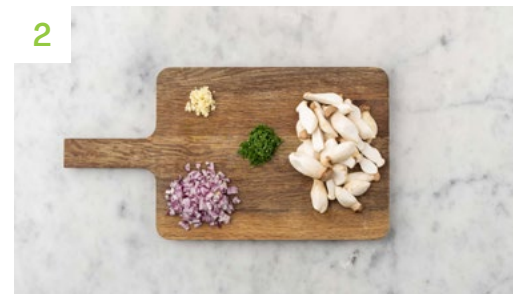
## Für die Kartoffeln

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

Gewaschene **Kartoffeln** in 0.5 cm Scheiben schneiden.

**Kartoffelscheiben** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit „**Hello Patatas**“, 1 EL [2 EL] **Öl**\* und **Pfeffer**\* vermengen.

**Kartoffelscheiben** für 25 – 30 Min. im Ofen backen, bis sie aussen knusprig sind.



## Gemüse vorbereiten

In der Zwischenzeit **Baby-Kräuterseitlinge** längs halbieren.

**Zwiebel** halbieren und fein würfeln.

**Knoblauch** fein hacken.

**Petersilienblätter** fein hacken.



## Für den Dip

In einer kleinen Schüssel **vegane Mayonnaise** zusammen mit der Hälfte der **Petersilie** und einem Viertel [Hälfte] der **Soja-Kochcrème** verrühren. Mit **Salz**\* und **Pfeffer**\* abschmecken.



## Sauce vorbereiten

In den letzten 10 Min. der Garzeit der **Kartoffeln** 1 EL [2 EL] **Öl**\* in einer grossen Bratpfanne erhitzen und **Baby-Kräuterseitlinge** sowie **Zwiebeln** darin für 3 – 4 Min. anbraten.

„**Hello Smoky Paprika**“ und **Knoblauch** hinzugeben und für weitere 1 – 2 Min. anbraten.

**Bratpfanneninhalte** mit einem weiteren Viertel [Rest] der **Soja-Kochcrème** und der Hälfte [gesamten] **Sojasauce** ablöschen.



## Sauce vollenden

**Spinat** (bis auf eine Handvoll Blätter für das **Topping**) hinzugeben und 1 – 2 Min. köcheln lassen, bis der **Spinat** etwas zusammenfällt. Ggf. etwas **Wasser**\* hinzugeben und mit **Pfeffer**\* abschmecken.



## Anrichten

**Röstkartoffeln** auf Teller verteilen und die cremige **Kräuterseitlingsauce** darüber geben.

Mit restlicher **Petersilie** garnieren und mit restlichen **Spinatblättern** toppen.

Nach Belieben **Dip** darüber verteilen und geniessen.

## En Guete!

### Kräuterseitlinge

Kräuterseitlinge tragen einen weissen Flaum am Stielende. Er entsteht natürlich und ist unbedenklich.

Du liebst HelloFresh?

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

