

Rosenkohl-Kartoffel-Gratin

getopft mit Ziegenkäse-Crumble und Haselnüssen

Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 837 kcal • Tag 3 kochen

25



vorw. festk. Kartoffeln



Rosenkohl



würziger Reibekäse



Haselnüsse



Gewürzmischung
„Hello Muskat“



Zwiebel



Halbrahm



Rucola



Ziegenfrischkäse-
Crumble-Honig



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten

Wasser*, Butter*, Mehl*, Olivenöl*,
Gemüsebouillonpulver*

Kochutensilien

1 grossen Topf mit Deckel, 1 kleinen Topf, 1 kleine
Schüssel, 1 Sieb und 1 Auflaufform

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	1 x 400 g	1 x 800 g
Rosenkohl	1 x 300 g	2 x 300 g
würziger Reibekäse 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Haselnüsse 23)	1 x 10 g	1 x 20 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10)	1 x 5 g	2 x 5 g
Zwiebel	1 x 100 g	2 x 100 g
Halbrahm 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Rucola	1 x 50 g	1 x 100 g
Ziegenfrischkäse- Crumble-Honig 7)	1 x 100 g	2 x 100 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	508 kJ/ 121 kcal	3502 kJ/ 837 kcal
Fett	7,84 g	54,03 g
– davon ges. Fettsäuren	4,43 g	30,56 g
Kohlenhydrate	8,00 g	55,18 g
– davon Zucker	2,29 g	15,78 g
Eiweiss	4,38 g	30,17 g
Salz	0,293 g	2,018 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) **10)** Sellerie **23)** Haselnüsse

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



Gemüse vorkochen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor. In einen grossen Topf reichlich **Wasser*** füllen, **salzen*** und zum Kochen bringen.

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

Einige Millimeter von den Strünken der **Rosenkohlröschen** abschneiden und lose Blätter entfernen. **Röschen** halbieren.

Kartoffeln und **Rosenkohl** in dem Topf mit kochendem **Wasser** 7 – 8 Min. kochen. Danach durch ein Sieb abgessen und abkühlen lassen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



Zwiebel schneiden

Haselnüsse grob hacken.

Zwiebel fein würfeln.

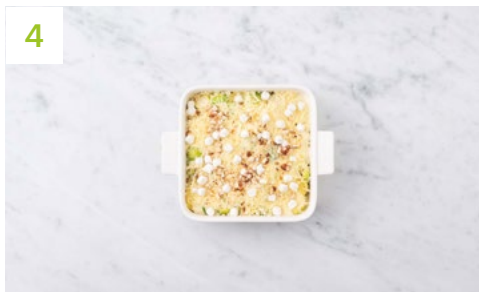


Ziegenkäsesauce

In einem kleinen Topf 3 EL [6 EL] **Butter*** schmelzen. **Zwiebelwürfel** darin 2 – 3 Min. farblos anschwitzen. 2 EL [4 EL] **Mehl*** zugeben und 1 Min. unter Rühren mitrösten.

Mit **Halbrahm**, 150 ml [300 ml] **Wasser***, 4 g [8 g] **Gemüsebouillonpulver*** und „Hello Muskat“ ablöschen und bei mittlerer Hitze 2 – 3 Min. kochen.

Die Hälfte vom **Ziegenkäse** unterrühren.



Gratin backen

Heize den Ofen auf Grillfunktion vor.

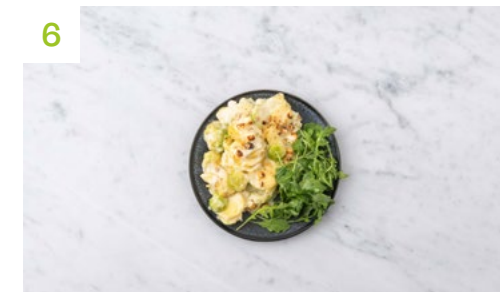
Vorgekochte **Kartoffeln** und **Rosenkohl** in eine Auflaufform geben, **Käsesauce** darüber verteilen.

Auflauf mit **Reibekäse**, **Haselnüssen** und restlichem **Ziegenkäse** toppen und im Ofen ca. 5 Min. grillen, bis die Oberfläche eine goldbraune Farbe bekommt.



Für den Salat

Rucolablätter dritteln und in einer kleinen Schüssel mit 0.5 EL [1 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** marinieren.



Anrichten

Gratin auf Teller verteilen und mit **Rucolasalat** toppen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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



Brussels sprouts and potato gratin topped with goat's cheese crumble and hazelnuts.

Vegetarian 30-40 minutes • 837 kcal • Cook on day 3

25



Mainly waxy Potatoes



Brussels sprouts



Grated mature cheese



Hazelnuts



"Hello Nutmeg" spice mix



Onion



Single cream



Rocket



Crumbled goat's cheese
with honey



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

Let's get started

Wash the vegetables.

Basic ingredients

Water*, butter*, flour*, olive oil*, vegetable stock powder*.

Cooking utensils

1 large pot with lid, 1 small pot, 1 small bowl, 1 sieve and 1 oven dish.

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
Mainly waxy potatoes	1 x	400 g	1 x	800 g
Brussels sprouts	1 x	300 g	2 x	300 g
Grated mature cheese 7)	1 x	50 g	1 x	100 g
Hazelnuts 23)	1 x	10 g	1 x	20 g
Spice mix "Hello Nutmeg" 10)	1 x	5 g	2 x	5 g
Onion	1 x	100 g	2 x	100 g
Single cream 7)	1 x	150 g	2 x	150 g
Rocket	1 x	50 g	1 x	100 g
Crumbled goat's cheese with honey 7)	1 x	100 g	2 x	100 g

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 680 g)
Calories	508 kJ/ 121 kcal	3.502 kJ/ 837 kcal
Fat	7.84 g	54.03 g
- incl. saturated fats	4.43 g	30.56 g
Carbohydrate	8.00 g	55.18 g
- incl. sugar	2.29 g	15.78 g
Protein	4.38 g	30.17 g
Salt	0.293 g	2.018 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: 7) Milk (including lactose) **10)** Celery **23)** Hazelnuts.

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)



Pre-cook vegetables

Preheat the oven to 220 °C top/bottom heat (200 °C fan oven). Fill a large pot with plenty of hot water*, add salt*, and bring to the boil.

Cut washed potatoes into slices approx. 0.5 cm thick.

Trim a few millimetres off the stalks of the Brussels sprouts and remove loose leaves. Cut the Brussels sprouts in half.

Cook the potatoes and Brussels sprouts in the pot of boiling water for 7-8 min. Then drain through a sieve and let them cool.

In the meantime, continue with the recipe.



Chop the onion

Coarsely chop hazelnuts.

Finely chop the onion.

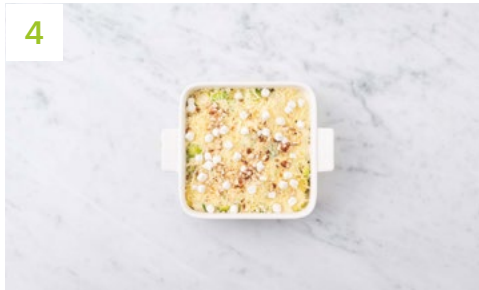


Goat's cheese sauce

Melt 3 tbsp. [6 tbsp.] butter* in a small pot. Sauté the diced onion in it for 2-3 min. until onions are translucent. Add 2 tbsp. [4 tbsp.] flour* and stir-fry for 1 min.

Add single cream, 150 ml [300 ml] water*, 4 g [8 g] vegetable stock powder* and "Hello Nutmeg" spice mix and cook over a medium heat for 2-3 min.

Stir in half of the goat's cheese.



Bake the gratin

Preheat the oven to grill function.

Place the pre-cooked potatoes and Brussels sprouts in an oven dish and spread the cheese sauce over the top.

Top with grated cheese, hazelnuts, and remaining goat's cheese and grill in the oven for about 5 min., until the surface is golden brown.



For the salad

Cut the rocket leaves into thirds and marinate in a small bowl with 0.5 tbsp. [1 tbsp.] olive oil*, salt*, and pepper*.



Serve

Apportion the gratin onto plates and top with rocket salad.

Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too!
Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde!



Gratin de choux de Bruxelles et de pommes de terre, crumble de chèvre et de noisettes

Végétarien 30 – 40 minutes • 837 kcal • Cuisiner au 3e jour

25



Pommes de terre



Choux de Bruxelles



Fromage râpé épice



Noisettes



Mélange d'épices
« Hello Muscade »



Oignon



Crème demi-écrémée



Roquette



Fromage de chèvre frais
au miel



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

C'est parti

Laver les légumes.

Ingrédients de base

Eau*, beurre*, farine*, huile d'olive*, bouillon de légumes en poudre*.

Ustensiles de cuisine

1 grande casserole avec couvercle, 1 petite casserole, 1 petit bol, 1 passoire et 1 moule à gratin

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Pommes de terre à chair ferme	1 x 400 g	1 x 800 g
Chou de Bruxelles	1 x 300 g	2 x 300 g
Fromage râpé épicé 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Noisettes 23)	1 x 10 g	1 x 20 g
Mélange d'épices « Hello muscade » 10)	1 x 5 g	2 x 5 g
Oignons	1 x 100 g	2 x 100 g
Crème demi-écrémée 7)	1 x 150 g	2 x 150 g
Roquette	1 x 50 g	1 x 100 g
Crumble de fromage de chèvre frais au miel 7)	1 x 100 g	2 x 100 g

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 690 g)
Valeur calorique	508 kJ/ 121 kcal	3.502 kJ/ 837 kcal
Lipides	7.84 g	54.03 g
- dont acides gras saturés	4.43 g	30.56 g
Glucides	8.00 g	55.18 g
- dont sucre	2.29 g	15.78 g
Protéines	4.38 g	30.17 g
Sel	0.293 g	2.018 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : **7)** Lait (comprenant du lactose) **10)** Céleri **23)** Noisettes

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



Faire revenir les légumes

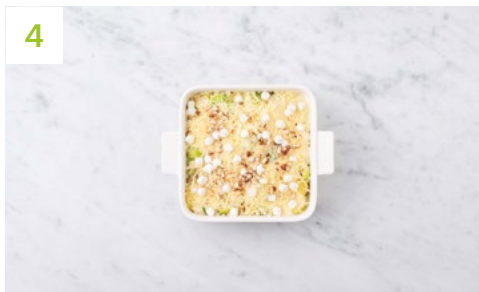
Préchauffer le four à 220 °C (200 °C pour un four à chaleur tournante). Remplir une grande casserole d'eau chaude*, saler* et porter à ébullition.

Couper les pommes de terre lavées en quartiers de 0.5 cm d'épaisseur.

Couper quelques millimètres des bouquets des choux de Bruxelles et retirer les feuilles détachées. Couper les bouquets en deux.

Faire cuire les pommes de terre et les choux de Bruxelles dans la casserole d'eau bouillante 7 à 8 min. Égoutter ensuite dans une passoire et laisser refroidir.

Pendant ce temps, continuer la recette.



Cuire le gratin

Préchauffer le four en fonction grill.

Mettre les pommes de terre précuites et les choux de Bruxelles dans un moule à gratin, répartir la sauce au fromage par-dessus.

Garnir le gratin de fromage râpé, de noisettes et du reste de fromage de chèvre et faire griller au four pendant env. 5 min, jusqu'à ce que la surface prenne une couleur dorée.



Couper l'oignon

Hacher grossièrement les noisettes.

Couper l'oignon en petits dés.



Sauce au fromage de chèvre

Dans une petite casserole, faire fondre 3 cs [6 cs] de beurre*. Y faire suer les dés d'oignon 2 à 3 min sans coloration. Ajouter 2 cs [4 cs] de farine* et faire revenir pendant 1 min en remuant.

Ajouter la crème demi-écrémée, 150 ml [300 ml] d'eau*, 4 g

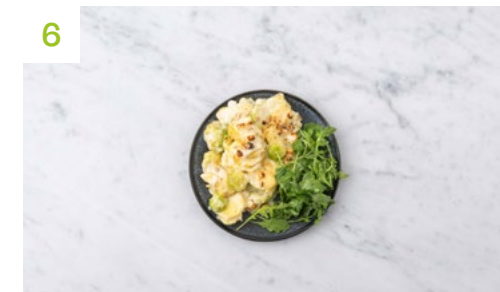
[8 g] de bouillon de légumes en poudre* et « Hello Muscade », faire cuire à feu moyen 2 à 3 min.

Incorporer la moitié du fromage de chèvre.



Pour la salade

Couper les feuilles de roquette en trois et les faire mariner dans un petit bol avec 0.5 cs [1 cs] d'huile d'olive*, du sel* et du poivre*.



Dresser

Répartir le gratin dans les assiettes et garnir de salade de roquette.

Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi !
Invitez-les dès maintenant via le
QR code ou sur www.hellofresh.ch/freunde !

