



# SKANDINAVISCHER KARTOFFELSALAT MIT DILL, dazu gebratene Maiskolben und Limetten-Käse-Topping



## HELLO FRÜHLINGSZWIEBEL

Ob rot oder grün – Frühlingszwiebeln jeder Art sind botanisch nicht verwandt mit dem Porree, trotz aller äußerlichen Ähnlichkeiten.



Crème fraîche light



Maiskolben



Gurke



Frühlingszwiebeln



Dill



Radiesli



Limette



geriebener Hartkäse



mittelscharfer Senf



Kartoffeln

**30-40** Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Zeit sparen

Veggie

Heute gibt es einen der beliebtesten Salate überhaupt: den Kartoffelsalat. Und damit Du frühlingshaft genießen kannst, haben wir uns für die skandinavische Variante mit Frühlingszwiebel, Dill und Radiesli entschieden. Dazu gibt es angebratene Maiskolben, die Du mit einer selbst gemachten Limettenbutter und geriebenem Hartkäse toppst. So lecker und abwechslungsreich, da kann Dein Feierabend nur gut starten!



Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 grossen Topf, 1 grosse Schüssel, 1 kleine Schüssel, 1 Gemüseraffel** und **1 grosse Bratpfanne**.



## 1 ZU BEGINN

Blätter der **Maiskolben** entfernen.

**Kartoffeln** schälen, halbieren und in 1 cm breite Scheiben schneiden.

In einen grossen Topf reichlich heisses Wasser füllen, aufkochen lassen und **salzen\***.

**Kartoffelscheiben** und **Maiskolben** darin ca. 8 Min. köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das **Gemüse** schneiden.



## 4 ZITRONENBUTTER ZUBEREITEN

Nach Ende der Kochzeit **Maiskolben** aus dem Wasser nehmen und beiseitelegen.

**Kartoffelscheiben** mithilfe des Deckels abgiessen, kurz abkühlen lassen und unter das **Dressing** heben.

In einer kleinen Schüssel ½ EL

[1 EL] **Limettenabrieb** mit **Butter, Salz\*** und **Pfeffer\*** vermischen.



## 2 GEMÜSE SCHNEIDEN

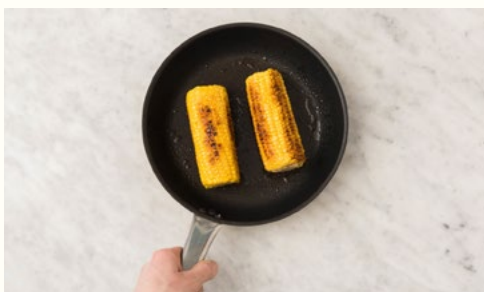
**Gurke** längs halbieren, Kerne entfernen und **Gurke** in 0,5 cm breite Halbmonde schneiden.

**Radiesli** achteln.

Weissen und grünen Teil der **Frühlingszwiebeln** **getrennt voneinander** in feine Ringe schneiden.

**Limettenschale** fein abreiben. **Limette** längs vierteln.

**Dill** fein hacken.



## 5 MAISKOLBEN BRATEN

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen und **Maiskolben** je Seite 5 – 7 Min. braten. Leicht mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

Am Ende der Garzeit **Maiskolben** mit **Limettenbutter** und geriebenem **Hartkäse** toppen.



## 3 DRESSING VERRÜHREN

In einer grossen Schüssel **Crème fraîche light, Saft** von 1 [2] **Limettenviertel, Senf, 1 EL**

[2 EL] **Olivenöl\***, 1 Prise **Zucker\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zu einem **Dressing** verrühren.

**Gurkenhalbmonde, Radieslispalten, gehackten Dill** und weisse **Frühlingszwiebelringe** unterheben.



## 6 ANRICHTEN

**Kartoffelsalat** auf Teller verteilen, **Maiskolben** dazu anrichten, mit **grünen Frühlingszwiebelringen** bestreuen und mit **Limettenspalt** geniessen.

## En Guete!

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P		4P	
Maiskolben	2 x	240 g	4 x	240 g
vorw. festk. Kartoffeln	1 x	600 g	1 x	1200 g
Gurke	1 x	200 g	2 x	200 g
Radiesli	1 x	150 g	1 x	300 g
Frühlingszwiebeln	2 x	35 g	1 x	140 g
Limette	1 x	75 g	2 x	75 g
Dill	1 x	10 g	1 x	10 g
Crème fraîche light 5)	1 x	100 g	1 x	200 g
mittelscharfer Senf 4)	1 x	10 ml	1 x	20 ml
geriebener Hartkäse 5)	1 x	20 g	1 x	40 g
Butter* 5)		1 EL		2 EL
(Oliven-)Öl* für Schritt 3 und 5		je 1 EL		je 2 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	nach Geschmack			

\* Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Mengen verdoppeln].

📦 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION
Brennwert	341 kJ/81 kcal	5.433 kJ/1.299 kcal
Fett	2 g	30 g
- davon ges. Fettsäuren	0 g	7 g
Kohlenhydrate	13 g	205 g
- davon Zucker	3 g	42 g
Eiweiss	3 g	43 g
Salz	0 g	1 g

### ALLERGENE

4) Senf 5) Milch

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

f i y p #HelloFreshCH

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:  
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch





# SCANDINAVIAN POTATO SALAD WITH DILL, served with roasted corncobs and lime and cheese topping



## HELLO SPRING ONION

Whether red or green, spring onions are not botanically related to leeks, despite their many similarities.



Crème fraîche light



Corncobs



Cucumber



Spring onions



Dill



Radishes



Lime



Grated hard cheese



Medium-hot mustard



Potatoes

**30-40** minutes (depending on number of persons)

**Level 1**

**Save time**

**Veggie**

Today we're having one of the most popular salads: potato salad. To give it a touch of spring, we've chosen the Scandinavian version with spring onion, dill and radishes. It's served with fried corncobs topped with home-made lime butter and grated hard cheese. A delicious, many-flavoured start to your evening!



Wash the **fruit, vegetables** and **herbs**.

You will also need: **1 large pot, 1 large bowl, 1 small bowl, 1 vegetable grater** and **1 large frying pan**.



### 1 TO START OFF

Remove the leaves from the **corncobs**.

Peel **potatoes**, halve them and cut them into slices 1 cm wide.

Fill a large pot with plenty of **hot water**, bring to the boil and add **salt\***.

Simmer the **potato slices** and **corncobs** for approx. 8 min.

In the meantime, chop the **vegetables**.



### 2 CHOP VEGETABLES

Halve **cucumber** lengthways, remove core and chop **cucumber** into half-moons 0.5 cm wide.

Chop **radishes** into eighths.

Cut the white and green parts of the **spring onions** into thin rings and **keep them separate**.

Finely grate off **lime zest**. Quarter the **lime** lengthways.

Finely chop the **dill**.



### 3 MIX DRESSING

In a large bowl, mix **crème fraîche light**, **juice of 1 [2] lime quarter**, **mustard**, 1 tbsp. [2 tbsp.] **olive oil\***, 1 pinch of **sugar\***, **salt\*** and **pepper\*** to make a **dressing**.

Stir in **cucumber** half-moons, **radish wedges**, chopped **dill** and white **spring onion** rings.

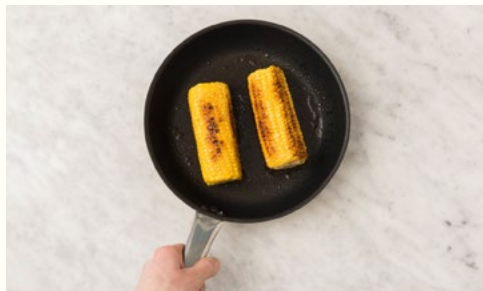


### 4 PREPARE LEMON BUTTER

At the end of the cooking time, remove **corncobs** from the **water** and set aside.

Drain the **potato slices** using the lid, allow them to cool briefly and mix them into the **dressing**.

In a small bowl, mix ½ tbsp. [1 tbsp.] **lime zest** with **butter**, **salt\*** and **pepper\***.



### 5 FRY CORNCOBS

In a large frying pan, heat 1 tbsp. [2 tbsp.] **oil\*** on medium heat and fry **corncobs** on each side for 5-7 min. Season lightly with **salt\*** and **pepper\***.

At the end of the cooking time, top **corncobs** with **lime butter** and **grated hard cheese**.



### 6 SERVE

Apportion **potato salad** onto plates, arrange **corncobs** next to it, sprinkle with **green spring onion** rings and enjoy with **lime wedges**.

SERVES 2 | 4

# INGREDIENTS

	2P		4P	
Corncobs	2 x	240 g	4 x	240 g
Mainly waxy potatoes	1 x	600 g	1 x	1200 g
Cucumber	1 x	200 g	2 x	200 g
Radishes	1 x	150 g	1 x	300 g
Spring onions	2 x	35 g	1 x	140 g
Lime	1 x	75 g	2 x	75 g
Dill	1 x	10 g	1 x	10 g
Crème fraîche light 5)	1 x	100 g	1 x	200 g
Medium-hot mustard 4)	1 x	10 ml	1 x	20 ml
Grated hard cheese 5)	1 x	20 g	1 x	40 g
Butter* 5)		1 tbsp		2 tbsp
(Olive) oil* for steps 3 and 5		1 tbsp. each		2 tbsp. each
Salt*, pepper*, sugar*	According to taste			

\* Good to have at hand.

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

AVERAGE NUTRITIONAL VALUES PER	100 g	PORTION
Calories	341 kJ/81 kcal	5.433 kJ/1.299 kcal
Fat	2 g	30 g
- incl. saturated fats	0 g	7 g
Carbohydrate	13 g	205 g
- incl. sugar	3 g	42 g
Protein	3 g	43 g
Salt	0 g	1 g

### ALLERGENS

4) Senf 5) Milch

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

Bon appetit!

f i y p #HelloFreshCH

We love feedback! Call us or write to us:  
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch





## SALADE DE POMMES DE TERRE SCANDINAVE À L'ANETH, avec des épis de maïs et une crème au fromage et au citron vert



### HELLO OIGNONS DE PRINTEMPS

*Qu'ils soient rouges ou verts, les oignons de printemps de toutes sortes n'ont aucun lien botanique avec le poireau malgré les ressemblances.*



Crème fraîche légère



Épis de maïs



Concombre



Oignons de printemps



Aneth



Radis



Citron vert



fromage à pâte dure râpé



Moutarde moyennement forte



Pommes de terre

**30 à 40 minutes** (selon le nombre de personnes)

Niveau **1**

Gain de temps Veggie

Aujourd'hui, nous vous proposons une des salades les plus populaires : la salade de pommes de terre. Et pour lui donner une note printanière, nous avons choisi la version scandinave avec oignons de printemps, aneth et radis. Elle est accompagnée d'épis de maïs garnis de beurre au citron vert maison et de fromage râpé. Avec tant de saveurs et de variété, votre soirée ne peut que bien commencer !



# C'EST PARTI

Laver les **fruits**, les **légumes** et les **fines herbes**.

Pour réaliser cette recette, il vous faut **1 grande** casserole, **1 grand saladier**, **1 petit saladier**, **1 râpe à légumes** et **1 grande poêle**.



## 1 POUR COMMENCER

Enlever les feuilles des **épis de maïs**.

Éplucher les **pommes de terre**, puis couper en tranches d'1 cm d'épaisseur.

Remplir d'**eau chaude** une grande casserole, porter à ébullition et **saler\***.

Cuire les **pommes de terre** et le **maïs** env. 8 minutes.

Pendant ce temps, couper les **légumes**.



## 2 COUPER LES LÉGUMES

Couper le **concombre** en deux dans le sens de la longueur, enlever les graines et couper le **concombre** en demi-lunes de 0,5 cm.

Couper les **radis** en huit.

Couper les **oignons de printemps** en fines rondelles en séparant les parties verte et blanche. Râper finement le **zeste du citron vert**. Couper le **citron vert** en quatre dans le sens de la longueur.

Hacher finement l'**aneth**.



## 3 MÉLANGER LA SAUCE

Dans un grand saladier, mélanger **crème fraîche légère**, jus de 1 [2] quartier de **citron vert**, **moutarde**, 1 cs

[2 cs] d'**huile d'olive\***, 1 pincée de **sucre\***, du **sel\*** et du **poivre\*** afin d'obtenir la **sauce**.

Y mélanger les morceaux de concombre et de radis, l'**aneth** haché et les rondelles d'oignon blanches.

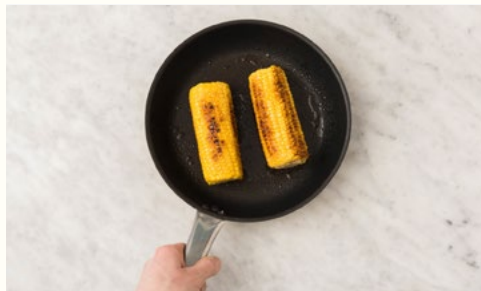


## 4 PRÉPARER LE BEURRE AU CITRON

Une fois la cuisson terminée, retirer les **épis de maïs** de l'**eau** et réserver.

Égoutter les **pommes de terre** avec le couvercle, laisser brièvement refroidir puis mélanger à la **sauce**.

Dans un petit **saladier**, mélanger ½ cs [1 cs] de **zeste de citron vert** à du **beurre**, **saler\*** et **poivrer\***.



## 5 FAIRE REVENIR LES ÉPIS DE MAÏS

Dans une grande poêle, chauffer 1 cs [2 cs] d'**huile\*** à feu moyen et faire revenir le **maïs** de chaque côté 5 à 7 minutes. **Saler\*** et **poivrer\*** légèrement.

Une fois la cuisson terminée, recouvrir les épis de **maïs de beurre de citron vert** et de **fromage râpé**.



## 6 DRESSER

Disposer la **salade de pommes de terre** sur des assiettes, dresser les **épis de maïs**, parsemer de rondelles d'**oignon verts** et servir avec des quartiers de **citron vert**.

# 2 | 4 PERSONNES

# INGRÉDIENTS

	2P		4P	
Épis de maïs	2 x	240 g	4 x	240 g
Pommes de terre à chair ferme	1 x	600 g	1 x	1200 g
Concombre	1 x	200 g	2 x	200 g
Radis	1 x	150 g	1 x	300 g
Oignons de printemps	2 x	35 g	1 x	140 g
Citron vert	1 x	75 g	2 x	75 g
Aneth	1 x	10 g	1 x	10 g
Crème fraîche légère 5)	1 x	100 g	1 x	200 g
Moutarde moyennement forte 4)	1 x	10 ml	1 x	20 ml
Fromage râpé 5)	1 x	20 g	1 x	40 g
Beurre* 5)		1 cs		2 cs
Huile (d'olive)* pour les étapes 3 et 5		1 cs chaque		2 cs chaque
Sel*, poivre*, sucre*	selon les goûts			

\* Ingrédients à avoir chez soi.

🍷 Tenez 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	100 g	PORTION
Valeur calorique	341 kJ/81 kcal	5.433 kJ/1.299 kcal
Graisse	2 g	30 g
- dont acides gras saturés	0 g	7 g
Glucides	13 g	205 g
- dont sucre	3 g	42 g
Protéines	3 g	43 g
Sel	0 g	1 g

### ALLERGÈNES

4) moutarde 5) lait

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

## Bon appétit !

[f](#) [ig](#) [yt](#) [p](#) #HelloFreshCH

Vos commentaires sont les bienvenus ! Appelez-nous ou écrivez-nous : +41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch