



HÄHNCHENGESCHNETZELTES MIT SPÄTZLE

in einer cremigen Apfel-Champignon-Soße



HELLO THYMIAN

Frischer Thymian sorgt in diesem Gericht für die ganz besondere Würze. Er soll außerdem besonders gut bei einer Erkältung helfen!



Hähnchenbrustfilets



Champignons



Eierspätzle



Apfel



Kochsahne



Petersilie



Thymian



Gewürzmischung „Hähnchen“



Butter

30 [35 | 40] Min. 30 [35 | 40] Min.

Stufe 2 Thermomix kocht

Tag 1 - 3 kochen

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse, Obst** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 kleine Schüssel** und **1 große Pfanne**.



1 FÜR DIE KRÄUTER

Blätter der **Petersilie** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Thymianblätter abzupfen.



2 SCHNEIDEN

Champignons in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

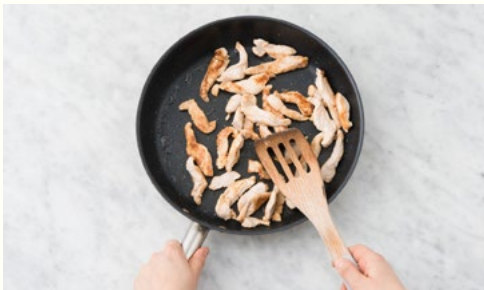
Apfel halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Apfelhälften** ebenfalls in 0,5 cm große Halbscheiben schneiden.

Hähnchenbrustfilets in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.



3 FÜR DIE SPÄTZLE

350 g Wasser* in den Mixtopf geben und Varoma-Behälter aufsetzen. Rühraufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitze frei bleiben. **Spätzle** daraufgeben, Varoma verschließen, **16 Min./Varoma/Stufe 1** dämpfen und mit dem Rezept fortfahren.



4 FÜR DIE SOSSE

In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Hähnchengeschnetzeltes** darin ca. 4 Min. anbraten. **Champignonscheiben** in die Pfanne zugeben und mit dem **Fleisch** ca. 3 Min. weiterbraten. Anschließend **Gewürzmischung, Thymianblättchen** und **Apfelscheiben** zugeben und ca. 3 Min. unter Wenden braten. Mit **Sahne** ablöschen, Hitze reduzieren und ca. 5 Min. einköcheln lassen.



5 KURZ VOR DEM ANRICHTEN

Champignon-Apfel-Soße mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen und Varoma-Behälter auf den Varoma-Deckel stellen. **Butter** zu den **Spätzle** zugeben und unterheben.



6 ANRICHTEN

Spätzle und **Hähnchengeschnetzeltes** in **Champignon-Apfel-Soße** auf Teller verteilen, mit zerkleinerter **Petersilie** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Champignons	100 g	150 g	200 g
Apfel DE	1	1	2
Petersilie glatt/Thymian	5 g	7,5 g	10 g
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml	400 ml
Spätzle 1) 2)	250 g	400 g	500 g
Butter 5)	10 g	20 g	20 g
Gewürzmischung „Hähnchen“	3 g	4 g	6 g
Wasser* für Schritt 3		350 g	
Öl* für Schritt 4	1 EL	1½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

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. 500 g)
Brennwert	546 kJ/130 kcal	2.824 kJ/675 kcal
Fett	5,69 g	29,47 g
– davon ges. Fettsäuren	2,66 g	13,75 g
Kohlenhydrate	11,15 g	57,69 g
– davon Zucker	3,69 g	19,10 g
Eiweiß	8,34 g	43,16 g
Salz	0,262 g	1,355 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at