

Marshall's mutige Meatball Mania in cremiger Bratensoße

Family 35 – 45 Minuten • 1237 kcal • Tag 2 kochen



Rinderhackfleisch



Panko-Mehl



mittelscharfer Senf



Kartoffeln (Drillinge)



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gewürzmischung „Hello Patatas“



Demi-glace



Hühnerbrühe



Karotte



Mayonnaise



Kochsahne



Petersilie, glatt



AB 28. SEPTEMBER
IM KINO



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Pfeffer*, Öl*, Honig*, Salz*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 kleinen Topf und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhackfleisch	300 g	400 g	600 g
Panko-Mehl (13) 15)	50 g	75 g	100 g
mittelscharfer Senf 9)	20 ml	30 ml	40 ml
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	800 g	1000 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	8 g	12 g	16 g
Demi-glace 10)	100 ml	150 ml	200 ml
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Karotte DE	4	6	8
Mayonnaise 8) 9)	50 g	75 g	100 g
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
Petersilie, glatt	10 g	10 g	10 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. 870 g)
Brennwert	592 kJ/142 kcal	5175 kJ/1237 kcal
Fett	8,4 g	73,3 g
– davon ges. Fettsäuren	3,3 g	28,7 g
Kohlenhydrate	10,6 g	93 g
– davon Zucker	4,8 g	42,3 g
Eiweiß	5,9 g	51,2 g
Salz	0,72 g	6,28 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 10) Sellerie 13) Glutenhaltiges Getreide 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland



1 Kleine Vorbereitung

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

Karotten schälen, quer halbieren und in 5 cm lange und 1 cm breite Stifte schneiden. **Karotten** in eine große Schüssel geben und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Karotten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

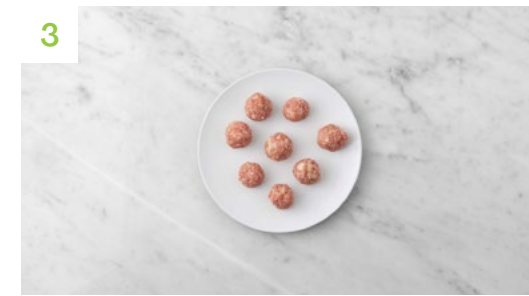


2 Für die Kartoffeln

Drillinge vierteln oder halbieren und zusammen mit **Mayonnaise**, **Hartkäse**, Hälfte „**Hello Patatas**“, **Salz*** und **Pfeffer*** in dieselbe große Schüssel geben und vermengen.

Drillinge auf dem Backblech verteilen und beides im Backofen 25 – 30 Min. garen, bis sie goldbraun sind.

Tipp: Wenn Du für 3 oder 4 Personen kochst, verwende 2 Backbleche



3 Für die Hackbällchen

In derselben großen Schüssel **Hackfleisch**, **Panko-Mehl**, **Senf**, restliches „**Hello Patatas**“, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Aus der **Hackfleischmasse** 8 [12 | 16] **Hackbällchen** formen.

Hackbällchen in den letzten 12 – 14 Min. mit auf das Backblech geben und im Ofen garen, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist.



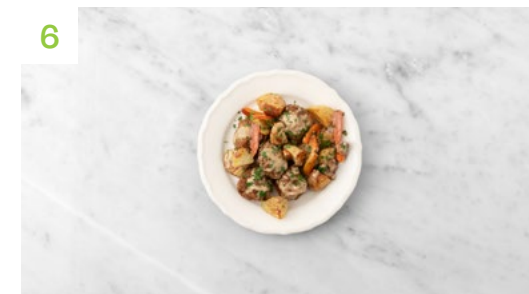
4 Für die Soße

In der Zwischenzeit in einem kleinen Topf **Kochsahne** und **Demi-Glace** erhitzen. **Hühnerbrühe** zugeben, aufkochen lassen und bis zum Anrichten warm halten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 Letzte Schritte

Petersilienblätter grob hacken.



6 Anrichten

Hackbällchen und **Gemüse** mit **Petersilie** garnieren und vom Backblech aus nach Belieben servieren und mit der **Soße** genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

