



AMERICAN DINER MAC 'N' CHEESE

mit Karotten-Spinat-Salat

SPECIAL



Makkaroni



Milch



Gemüsebrühe



geriebener Bergjausekäse



Käse-Mix



geraspeltes Hartkäse



Panko-Mehl



Butter



körniger Senf



Cayennepfeffer



Babyspinat



Karotte



Frühlingszwiebel



Zitrone (gewachst)



Knoblauchzehe

25 [25 | 30] Min. 30 [30 | 35] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Veggie

thermomix

Wasche das **Gemüse** ab. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 große Pfanne**, **1 kleine Schüssel** und **1 große Schüssel**.



1 ZU BEGINN
Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine große Pfanne umfüllen.



2 KAROTTENSALAT ZUBEREITEN
Karotten schälen, in ca. 4 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Zitrone** halbieren, **Saft** von 1 [2] Hälfte auspressen und zugeben. **Hälfte** vom **körnigen Senf**, **Salz***, **Pfeffer*** und 1 Prise **Zucker*** zugeben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern. **Salat** in eine große Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen.



3 MAKKARONI KOCHEN
450 g [675 g | 900 g] Wasser*, **Milch**, **5 g Öl***, **Gemüsebrühpulver** und etwas **Salz*** in den Mixtopf geben und **7 Min. [9 Min. | 13 Min.] /95 °C/Stufe 2** erhitzen. **Makkaroni** in den Mixtopf zugeben, mit dem Spatel einmal rühren und **9 Min./95 °C/Stufe 1,5** kochen. Währenddessen **Frühlingszwiebel** in feine Ringe schneiden, unter den **Karottensalat** heben und mit der Zubereitung fortfahren.



4 FÜR DIE BRÖSEL
Die große Pfanne mit dem zerkleinerten **Knoblauch** bei mittlerer Stufe erhitzen. **Butter** hineingeben und schmelzen lassen. **Pankomehl** zugeben und für 3 – 6 Min. anrösten, bis die **Brösel** leicht gebräunt und knusprig sind. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Brösel** aus der Pfanne nehmen und in einer kleinen Schüssel beiseitestellen.



5 MAKKARONI VOLLENDEN
Nach Ende der **Makkaroni**-Garzeit **Bergjaukenkäse**, **Käse-Mix**, **Hartkäse**, **Cayennepfeffer** nach Geschmack und restlichen **körnigen Senf** in den Mixtopf zu den **Makkaroni** geben, mit dem Spatel gut unterheben und ca. 1 Min. ziehen lassen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **★ TIPP:** *Nicht zu lange mit dem Anrichten warten und die Makkaroni heiß servieren, sonst wird der Käse wieder fest.*



6 ANRICHTEN
Babyspinat mit den **Karotten** vermengen. **Salat** und **Makkaroni** auf Tellern anrichten und **Makkaroni** mit den **Knoblauchbröseln** bestreuen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Milch 5)	200 ml	200 ml	400 ml
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
Karotte NL	2	3	4
Frühlingszwiebel DE ES	1	2	2
Zitrone, gewachst ES	1	1	1
körniger Senf 4)	40 g	57 g	80 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Butter 5)	20 g	40 g	40 g
Panko-Mehl 1)	50 g	100 g	100 g
Makkaroni 1)	250 g	375 g	500 g
Bergjaukenkäse 5)	100 g	150 g	200 g
Käse-Mix 5)	50 g	75 g	100 g
Hartkäse geraspelt 5)	20 g	40 g	40 g
Cayennepfeffer	1 g	1 g	1 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
Wasser* für Schritt 3	450 g	675 g	900 g
Öl* für Schritt 3		5 g	
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. 800 g)
Brennwert	616 kJ/147 kcal	4.839 kJ/1.157 kcal
Fett	6,14 g	48,27 g
– davon ges. Fettsäuren	3,35 g	26,31 g
Kohlenhydrate	16,11 g	126,62 g
– davon Zucker	2,42 g	19,05 g
Eiweiß	6,16 g	48,41 g
Salz	0,287 g	2,254 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 4) Senf 5) Milch

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande

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

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59
kundsenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005
kundsenservice@hellofresh.at