



BÁNH MÌ! VIETNAMESISCHES SANDWICH

mit Sweet-Chili-Hacktätschli, Koriander und Sriracha-Mayo



HELLO SRIRACHA

Die scharfe Sauce stammt aus der gleichnamigen Stadt an der Küste Thailands und hält auch in den Küchen hierzulande immer weiter Einzug.



Limette



Gurke



Sweet-Chili-Sauce



Rüebli



Koriander



Hello Fresh Beef Gehacktes



Mayonnaise



Minze



Radiesli



Sriracha



Ciabatta

35 - 45 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Tag 1-2 kochen

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

Zum Kochen benötigst Du **2 grosse Schüsseln, 1 Sparschäler, 1 kleine Schüssel, 1 Backblech** und **1 grosse Bratpfanne**.



1 HACKTÄTSCHLI ZUBEREITEN

Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

Limettenschale abreiben.

In einer grossen Schüssel **Hello Fresh Beef Gehacktes** mit 1 TL [2 TL] **Limettenabrieb**, **Sweet-Chili-Sauce**, etwas **Salz*** und **Pfeffer*** gut verkneten. Aus dieser Masse 12 [24] **Minihacktätschli** formen und kurz kalt stellen.



4 SRIRACHA-MAYONNAISE VERRÜHREN

Brot 5 – 8 Min. im Ofen backen, bis es knusprig ist.

In einer kleinen Schüssel **Mayonnaise** mit **Sriracha-Sauce** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Blätter **Koriander** abzupfen.



2 SALAT VORBEREITEN

Rüebli schälen und in dünne, lange Streifen hobeln.

Gurke in 2 mm dünne Scheiben schneiden.

Radiesli grob raspeln.

Blätter der **Minze** abzupfen und fein hacken.

Limette halbieren.



5 HACKTÄTSCHLI ANBRATEN

In einer grossen Bratpfanne auf mittlerer Stufe 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen. **Minihacktätschli** in die Bratpfanne geben, etwas platt drücken und je Seite 3 – 4 Min. anbraten, bis das **Fleisch** durchgegart ist.

Währenddessen **Brot** senkrecht halbieren, **Brothälften** aufschneiden, aber nicht ganz durchschneiden, und mit **Sriracha-Mayonnaise** bestreichen.



3 SALAT MARINIEREN

Limette in eine grosse Schüssel pressen und mit 1 EL [2 EL] **Zucker*** und restlichem **Limettenabrieb** zu einem **Dressing** verrühren. **Limettenabrieb** zu einem **Dressing** verrühren. **Gurkenscheiben**, **Rüebli** streifen, geraspelte **Radiesli** und gehackte **Minze** hinzufügen, umrühren und marinieren lassen.



6 ANRICHTEN

Brothälften mit **Gurkenscheiben** belegen und **Minihacktätschli** darauf anrichten. Mit **Rüebli** und **Radiesli** belegen und **Koriander** darauf anrichten. Zusammenklappen und mit dem restlichen **Salat** geniessen.

En Guete!

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P		4P	
Limette	1 x	75 g	2 x	75 g
Hello Fresh Beef Gehacktes	1 x	250 g	1 x	500 g
Sweet-Chili-Sauce	1 x	20 ml	1 x	40 ml
Rüebli	2 x	100 g	4 x	100 g
Gurke	1 x	200 g	2 x	200 g
Radiesli	1 x	150 g	1 x	300 g
Minze	1 x	10 g	1 x	10 g
Ciabattabrot 1)	1 x	300 g	2 x	300 g
Mayonnaise 2) 4)	2 x	20 ml	4 x	20 ml
Sriracha Sauce	1 x	8 ml	1 x	15 ml
Koriander	1 x	10 g	1 x	10 g
Zucker* für Schritt 3		1 EL		2 EL
Öl* für Schritt 5		1 EL		2 EL
Salz*, Pfeffer*	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	603 kJ/144 kcal	3.655 kJ/874 kcal
Fett	6,39 g	38,74 g
– davon ges. Fettsäuren	1,57 g	9,52 g
Kohlenhydrate	14,29 g	86,64 g
– davon Zucker	3,31 g	20,10 g
Eiweiss	6,08 g	36,86 g
Salz	0,34 g	2,07 g

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 4) Senf

(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



BÁNH MÌ! VIETNAMESE SANDWICH

with sweet chilli meatballs, coriander and Sriracha mayo



HELLO SRIRACHA

This spicy sauce comes from the city of the same name on the coast of Thailand and is also increasingly popular in kitchens here.



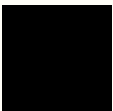
Lime



Cucumber



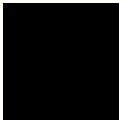
Sweet chilli sauce



Carrots



Coriander



Hello Fresh chopped beef



Mayonnaise



Mint




Radishes




Sriracha



Ciabatta

 **35-45** minutes (depending on number of persons)

 **Level 1**

 **2** Cook on days **1-2**

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

You will also need: **2 large bowls, 1 potato peeler, 1 small bowl, 1 baking tray** and **1 large frying pan**.



1 PREPARE MEATBALLS

Preheat the oven to **200 °C** top/bottom heat (**180 °C** fan oven).

Grate lime zest.

In a large bowl, knead the **Hello Fresh chopped beef** with 1 tsp. [2 tsp.] lime zest, **sweet chilli sauce** and a little salt* and pepper*. Make 12 [24] **mini-meatballs** from this mixture and put them in the fridge for a little while.



4 MIX SRIRACHA MAYONNAISE

Bake bread in the oven for 5-8 min. until crispy.

Mix **mayonnaise** with **Sriracha sauce** in a small bowl. Season with **salt*** and **pepper***.

Pluck **coriander leaves**.



2 PREPARE SALAD

Peel **carrots** and plane into thin, long strips.

Cut cucumber into 2 mm thin slices.

Grate **radishes** coarsely.

Pluck the **mint leaves** and chop them finely.

Halve **lime**.



5 SAUTÉ MEATBALLS

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] **oil*** in a large frying pan on medium heat. Add **mini-meatballs** to the frying pan, flatten a little, then sauté on each side for 3-4 min. until the **meat** is cooked through.

In the meantime, halve bread vertically, cut bread halves open but not completely through, and brush with **Sriracha mayonnaise**.



3 MARINATING THE SALAD

Press the **lime** into a large bowl and mix with 1 tbsp. [2 tbsp.] **sugar*** and the rest of the **lime zest** to make a **dressing**. Add **cucumber** slices, **carrot** strips, grated **radishes** and chopped **mint**, stir and marinate.



6 SERVE

Top bread halves with **cucumber slices** and arrange **mini-meatballs** on top. Top with **carrots** and **radishes** and arrange **coriander** on top. Fold together and enjoy with the rest of the **salad**.

SERVES 2 | 4

INGREDIENTS

	2P		4P	
Lime	1 x	75 g	2 x	75 g
HelloFresh minced beef	1 x	250 g	1 x	500 g
Sweet chilli sauce	1 x	20 ml	1 x	40 ml
Carrots	2 x	100 g	4 x	100 g
Cucumber	1 x	200 g	2 x	200 g
Radishes	1 x	150 g	1 x	300 g
Mint	1 x	10 g	1 x	10 g
Ciabatta 1)	1 x	300 g	2 x	300 g
Mayonnaise 2) 4)	2 x	20 ml	4 x	20 ml
Sriracha sauce	1 x	8 ml	1 x	15 ml
Coriander	1 x	10 g	1 x	10 g
Sugar* for step 3	1 tbsp.		2 tbsp.	
Oil* for step 5	1 tbsp.		2 tbsp.	
Salt*, pepper*	According to taste			

* Good to have at hand [double the amounts for 4 persons]

🕒 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	603 kJ/144 kcal	3,655 kJ/874 kcal
Fat	6.39 g	38.74 g
- incl. saturated fats	1.57 g	9.52 g
Carbohydrate	14.29 g	86.64 g
- incl. sugar	3.31 g	20.10 g
Protein	6.08 g	36.86 g
Salt	0.34 g	2.07 g

ALLERGENS

1) Cereals containing gluten 2) Eggs 4) Mustard

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



#HelloFreshCH

We love feedback! Call us or write to us:

+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch

Bon appetit!



BÁNH MÌ ! SANDWICH VIETNAMIEN

avec fricadelles au piment doux, coriandre et mayonnaise sriracha



HELLO SRIRACHA

Cette sauce épicée vient de la ville qui porte le même nom sur la côte thaïlandaise et devient ici aussi de plus en plus populaire.



Citron vert



Concombre



Sauce au piment doux



Carottes



Coriandre



Viande de bœuf hachée HelloFresh



Mayonnaise



Menthe



Radis



Sriracha



Ciabatta

35 à 45 minutes (selon le nombre de personnes)

Niveau 1

À utiliser dans les 1 à 2 jours

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

Pour réaliser cette recette, il vous faut **2 grandssaladiers**, **1 économe**, **1 petit saladier**, **1 plaque de four** et **1 grande poêle**.



1 PRÉPARER LES FRICADELLES

Préchauffer le four à **200 °C** (chaleur tournante **180 °C**).

Râper le **zeste du citron vert**.

Pétrir le **bœuf haché HelloFresh** dans un grand saladier avec 1 cc [2 cc] de **zeste de citron vert**, de la **sauce de piment doux**, un peu de **sel*** et de **poivre***. Former à partir de ce mélange 12 [24] **fricadelles** et réserver au froid un moment.



2 PRÉPARER LA SALADE

Éplucher les **carottes** et déliter en lanières fines et longues.

Couper le **concombre** en tranches de 2 mm.

Râper grossièrement les **radis**.

Arracher délicatement les **feuilles de menthe** et les hacher finement.

Couper en deux le **citron vert**.



3 FAIRE MARINER LA SALADE

Presser le **citron vert** dans un grand saladier et mélanger avec 1 cs [2 cs] de **sucre*** et le reste du zeste afin d'obtenir une **vinaigrette**. Ajouter les tranches de **concombre**, les **carottes**, les **radis** râpés et la **menthe hachée**, mélanger et laisser mariner.



4 MÉLANGER LA MAYONNAISE SRIRACHA

Mettre le pain au four 5 à 8 minutes jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

Mélanger la **mayonnaise** à la **sauce sriracha** dans un petit saladier. Assaisonner avec du **sel*** et du **poivre***.

Arracher les **feuilles de coriandre**.



5 FAIRE DORER LES FRICADELLES

Chauffer 1 cs [2 cs] d'**huile*** dans une grande poêle à feu moyen. Mettre les **petites fricadelles** dans la poêle, aplatir légèrement et faire dorer de chaque côté 3 à 4 minutes jusqu'à ce que la **viande** soit bien cuite.

Pendant ce temps, couper le **pain** en deux à la verticale, ouvrir les morceaux de pain en deux sans trancher totalement, et recouvrir de **mayonnaise sriracha**.



6 DRESSER

Recouvrir les moitiés de pain de tranches de **concombre** et disposer les **petites fricadelles** dessus. Garnir de **carottes** et de **radis**, puis ajouter la **coriandre**. Refermer et déguster avec le reste de la **salade**.

2 | 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	2P		4P	
Citron vert	1 x	75 g	2 x	75 g
Viande de bœuf hachée HelloFresh	1 x	250 g	1 x	500 g
Sauce au piment doux	1 x	20 ml	1 x	40 ml
Carottes	2 x	100 g	4 x	100 g
Concombre	1 x	200 g	2 x	200 g
Radis	1 x	150 g	1 x	300 g
Menthe	1 x	10 g	1 x	10 g
Ciabatta 1)	1 x	300 g	2 x	300 g
Mayonnaise 2) 4)	2 x	20 ml	4 x	20 ml
Sauce sriracha	1 x	8 ml	1 x	15 ml
Coriandre	1 x	10 g	1 x	10 g
Sucre* pour l'étape 3		1 cs		2 cs
Huile* pour l'étape 5		1 cs		2 cs
Sel*, poivre*	selon les goûts			

* Ingrédients à toujours avoir chez soi [doubler les quantités pour 4 personnes].

🍷 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	603 kJ/144 kcal	3 655 kJ/874 kcal
Graisse	6,39 g	38,74 g
- dont acides gras saturés	1,57 g	9,52 g
Glucides	14,29 g	86,64 g
- dont sucre	3,31 g	20,10 g
Protéines	6,08 g	36,86 g
Sel	0,34 g	2,07 g

ALLERGÈNES

1) céréales contenant du gluten 2) œufs 4) moutarde

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



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

Bon appétit !