



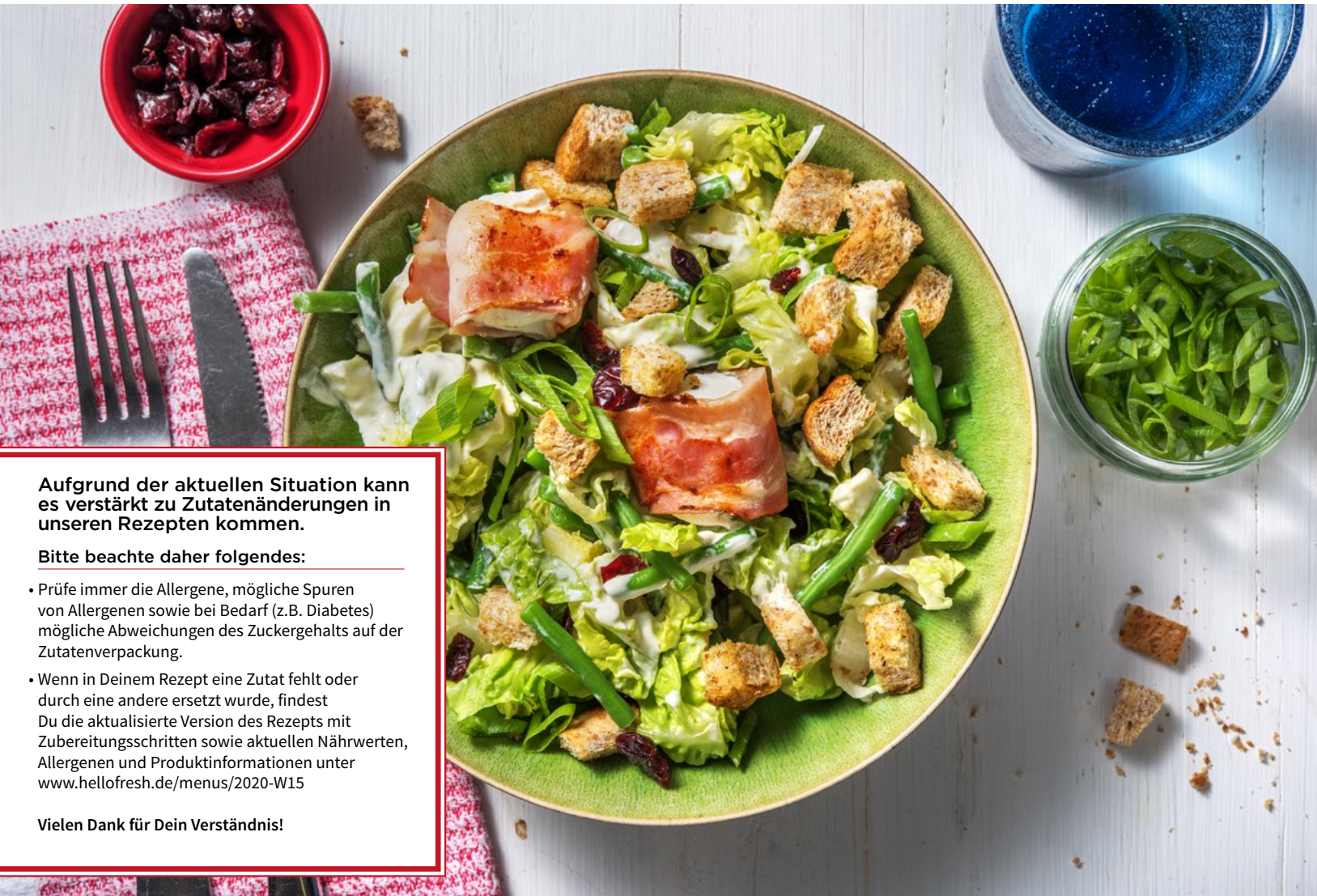
# GEBACKENER ZIEGENKÄSE IM SPECKMANTEL

auf fruchtigem Salat mit Honig-Senf-Dressing, Cranberrys und Buschbohnen



## HELLO CRANBERRYS

Wusstest Du, dass die kleinen roten Beeren jede Menge Vitamine und Antioxidantien enthalten? So stärkst Du ganz nebenbei auch Dein Immunsystem!



Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.

Bitte beachte daher folgendes:

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter [www.hellofresh.de/menus/2020-W15](http://www.hellofresh.de/menus/2020-W15)

Vielen Dank für Dein Verständnis!



Bacon (Scheiben)



Salatherz (Romana)



Mini-Fladenbrot



mittelscharfer Senf



Joghurt



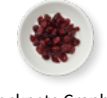
Honig



Frühlingszwiebel



Buschbohnen



getrocknete Cranberrys



Ziegenfrischkäsetaler

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

Stufe 1 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

# LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab.  
 Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.  
 Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **2 große Schüsseln** und **1 große Pfanne**.



## 1 DRESSING ZUBEREITEN

**Honig** in den Mixtopf geben und **3 Min./50 °C/Stufe 2** erwärmen. **Joghurt**, **Senf**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben, **15 Sek./Stufe 4** mischen und in eine große Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen.



## 2 BOHNEN VORGAREN

Enden der **Buschbohnen** abschneiden und **Bohnen** halbieren. **Buschbohnen** in den Gareinsatz geben. **400 g Wasser\*** in den Mixtopf geben, Gareinsatz einsetzen und **15 Min./Varoma/Stufe 1** garen.

Währenddessen die **Croûtons** vorbereiten.



## 3 CROÛTONS BACKEN

**100 g [150 g | 200 g] Fladenbrot** in ca. 1 cm große Würfel schneiden. **Brotwürfel** in eine große Schüssel geben und mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** mischen. **Würfel** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und 5 – 8 Min. im Backofen backen, bis die **Würfel** goldbraun sind. **Brotwürfel** aus dem Ofen nehmen, damit sie abkühlen können.

Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



## 4 SCHNEIDEN & WICKELN

Für die **Taler** den **Ziegenkäse** mit je einer Scheibe **Bacon** umwickeln.

**Salatherzen** längs halbieren und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

Weißes und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** **getrennt voneinander** in dünne Ringe schneiden.



## 5 VOLLENDEN

Eine große Pfanne ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze erwärmen und **Ziegenkäsetaler** darin von beiden Seiten 3 – 4 Min. anbraten, bis sie goldbraun sind. **Taler** aus der Pfanne nehmen. Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen.

Die Pfanne ohne weitere Fettzugabe stark erhitzen, vorgegarte **Buschbohnen** darin ca. 3 – 4 Min. unter Wenden anbraten und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## 6 ANRICHTEN

**Salatstreifen**, **weiße Frühlingszwiebelringe** und **Buschbohnen** zum **Dressing** geben und gut mischen. **Salat** auf Tellern verteilen und **Ziegenkäse** darauf anrichten. **Croûtons**, **Cranberrys** und **grüne Frühlingszwiebelringe** um den **Ziegenkäse** herum verteilen und genießen.

**Guten Appetit!**

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Joghurt 5)	75 g	100 g	150 g
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	10 ml	20 ml
Honig	20 g	28 g	40 g
Buschbohnen	100 g	150 g	200 g
Mini-Fladenbrot 1)	100 g	150 g	200 g
Ziegenfrischkäsetaler 5)	4	6	8
Bacon (Scheiben)	80 g	120 g	160 g
Salatherz (Romana) ES	1	1½	2
Frühlingszwiebel DE   ES	1	1	2
getrocknete Cranberrys	10 g	20 g	20 g
Wasser* für Schritt 2		400 g	
Olivenöl* für Schritt 3	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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 350 g)
Brennwert	704 kJ/168 kcal	2.443 kJ/584 kcal
Fett	9,17 g	31,86 g
– davon ges. Fettsäuren	3,80 g	13,19 g
Kohlenhydrate	13,16 g	45,71 g
– davon Zucker	4,69 g	16,29 g
Eiweiß	6,82 g	23,67 g
Salz	0,930 g	3,230 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) Glutenthaltiges Getreide 4) Senf 5) Milch
- 8) Sesamsamen

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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