

Kartoffelklöße mit Bacon-Rahmschwammerln Feldsalat und Honig-Senf-Dressing

unter 650 Kalorien 30 – 40 Minuten • 623 kcal • Tag 3 kochen

24



Mini-Klöße



Petersilie



Champignons



Zwiebel



Bacon (Streifen)



Gemüsebrühe



Kochsahne



Feldsalat



mittelscharfer Senf



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Wasser*, Essig*, Honig*, Öl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 großen Topf, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Mini-Klöße 14	375 g	562,5 g**	750 g
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Champignons	225 g	300 g	375 g
Zwiebel DE NL NZ	1	1	2
Bacon (Streifen)	80 g	80 g	160 g
Gemüsebrühe 10	4 g	6 g	8 g
Kochsahne 7	150 g	225 g**	300 g
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
mittelscharfer Senf 9	5 ml**	7,5 ml**	10 ml
Wasser*, Essig*, Honig*, Öl*	Angaben im Text		
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. 540 g)
Brennwert	481 kJ/115 kcal	2607 kJ/623 kcal
Fett	5,93 g	32,12 g
– davon ges. Fettsäuren	2,35 g	12,73 g
Kohlenhydrate	11,97 g	64,81 g
– davon Zucker	1,80 g	9,72 g
Eiweiß	3,10 g	16,78 g
Salz	0,708 g	3,832 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) **9** Senf **10** Sellerie **14** Schwefeldioxide und Sulfite

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **NZ:** Neuseeland



Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Zwiebel in feine Streifen schneiden.

Champignons in dünne Scheiben schneiden.

In einem hohen Rührgefäß **Kochsahne**, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** und **Gemüsebrühe** miteinander verrühren.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und zum Kochen bringen.

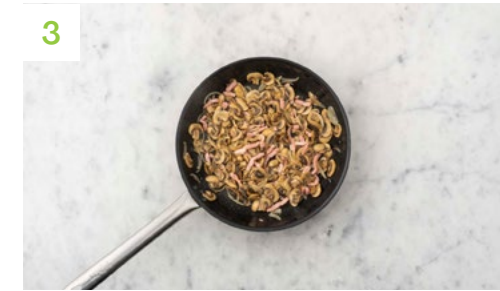


Klöße kochen

Miniklöße in das heiße **Wasser** geben.

Anschließend Hitze reduzieren und 8 – 10 Min. ziehen lassen. Wichtig ist, dass die **Knödel** ziehen und nicht sprudelnd kochen.

Petersilienblätter fein hacken.



Zutaten anbraten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erhitzen. **Zwiebelstreifen**, **Champignonscheiben** und **Bacon** in die Pfanne geben und alles zusammen 4 – 6 Min. farblos anbraten.



Rahmschwammerl vollenden

Pfanneninhalte mit der vorbereiteten **Soße** ablöschen und alles zusammen 1 – 2 Min köcheln lassen, bis die **Soße** dickflüssig genug ist. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Salat marinieren

In einer großen Schüssel die Hälfte [drei Viertel | alles] vom **Senf**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Essig*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** zu einem **Dressing** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und **Feldsalat** vorsichtig unterheben.



Anrichten

Miniklöße vorsichtig abgießen oder mit einer Schöpfkelle herausnehmen und auf Teller verteilen. Mit **Petersilie** bestreuen. **Rahmschwammerl** und **Salat** daneben anrichten und genießen.

Guten Appetit!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in Deiner Box fehlt!

