



Mediterrane Bratwurst „Italico“

mit lauwarmem Kartoffelsalat und Antipasti



HELLO GRILLIDO „ITALICO“

Drin ist 83 % Schweinefleisch, 6 % Mozzarella, 5 % getrocknete Tomaten, 2 % Parmesan, Kochsalz, Pfeffer, Oregano, Thymian, Chili, Knoblauch und Muskat.



Kartoffeln (Drillinge)



Hartkäse ital. Art



Grillido "Italico"



Balsamicoessig



Zucchini



rote Spitzpaprika



Rucola



Gewürzmischung "HelloMediterraneo"

30 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung

leichter Genuss

Zeit sparen

Tag 1-5 kochen

Wie holst Du Dir einen Teller Urlaub und gleichzeitig ein klassisch deutsches Gericht auf den Tisch? Ganz einfach: Kombiniere beides miteinander! Darum gibt es heute Bratwurst mit Kartoffelsalat – auf Italienisch! Nicht fehlen dürfen dabei selbst gemachte Antipasti, Rucola, geriebener Käse und die italienische Bratwurst von Grillido. Und sonst? **Ballaststoffe** und **Proteine** findest Du in diesem Rezept en masse. Lass es Dir schmecken!

LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab. Zum Kochen benötigst Du **1 große Pfanne**, **Küchenpapier**, eine **Gemüsereibe**, **1 große Schüssel**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



1 KARTOFFELN BACKEN

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

Ungeschälte **Kartoffeln** in ca. 2 cm breite Spalten schneiden, auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit **Olivenöl***, etwas **Salz***, **Pfeffer*** und der **Hälfte** der **Gewürzmischung** vermischen.

Kartoffelspalten auf der mittleren Schiene im Backofen 20 – 25 Min. backen.



4 RUCOLA MARINIEREN

Rucola und angebratene **Wurststücke** zum **Antipastigemüse** in die große Schüssel geben und alles gut vermischen.

Hartkäse fein reiben.



2 ANTIPASTI ZUBEREITEN

Zucchini in dünne Scheiben schneiden.

Ende der **Spitzpaprika** abschneiden, Kerngehäuse vorsichtig entfernen und **Paprika** quer in ca. 2 mm dicke Ringe schneiden.

In einer großen Pfanne **Öl*** erhitzen und **Zucchinischeiben** und **Paprikaringe** darin unter Wenden 1 – 2 Min. anbraten.

Mit **Balsamicoessig** ablöschen, mit restlicher **Gewürzmischung**, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und in eine große Schüssel geben. Pfanne mit Küchenpapier auswischen.



5 SALAT VOLLENDEN

Kartoffelspalten aus dem Backofen holen, zum restlichen **Gemüse** in die Schüssel geben und alles erneut gut vermischen.



3 WÜRSTE BRATEN

Bratwürste schräg in 5 cm lange Stücke schneiden.

In der großen Pfanne erneut **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen und **Wurststücke** darin 3 – 4 Min. unter Wenden anbraten.



6 ANRICHTEN

Lauwarmen **Kartoffelsalat** auf Teller verteilen, geriebenen **Hartkäse** darüberstreuen und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	900 g	1200 g
Gewürzmischung "HelloMediterraneo"	2 g	4 g	4 g
Zucchini BE PL	1	1 (groß)	2
rote Spitzpaprika NL PL	1	2	2
Balsamicoessig 1) 11)	12 ml	24 ml	24 ml
Grillido "Italico"	240 g	360 g	480 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Hartkäse ital. Art 2) 5)	20 g	20 g	40 g
Olivenöl*	½ EL	¾ EL	1 EL
Öl*	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 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.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	399 kJ/95 kcal	2527 kJ/604 kcal
Fett	4 g	25 g
– davon ges. Fettsäuren	1 g	8 g
Kohlenhydrate	9 g	56 g
– davon Zucker	2 g	11 g
Eiweiß	6 g	37 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Ei 5) Milch 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

BE: Belgien, **NL:** Niederlande, **PL:** Polen

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

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshDE

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

Guten Appetit!