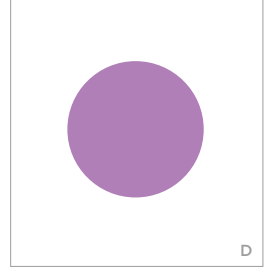




Ratatouillegratäng

med potatistäcke och rucola

40-45 minuter



Paprika



Rödlök



Courgette



Aubergine



Timjan



Oregano



Baharat Kryddmix



King Edward Potatis



Krossade Tomater



Rucola



Riven Mozzarella

Nu kör vi

Börja med att tvätta dina grönsaker, frukt och örter.

Köksredskap

Skärbräda, kökskniv, kastrull, durkslag, bakplåt, ugn, smör, olja

Skafferivaror

Salt, peppar, olja, olivolja, smör

Ingredienser

	2 PERS.	4 PERS.
Paprika	2 st	3 st
Rödlök	1 st	2 st
Courgette	110 g	220 g
Aubergine	150 g	300 g
Timjan	1 g	2 g
Oregano	1 g	2 g
Baharat kryddmix	2 g	4 g
King Edward potatis	500 g	1000 g
Smör* 7)	20 g	40 g
Krossade tomater	1 burk	2 burkar
Riven mozzarella 7)	1 påse	2 påsar
Rucola	50 g	100 g
Olivolja* (steg 5)	1 tsk	2 tsk
Salt*, Peppar*, Olja*	efter smak & behov	

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	PER 100G	PER PORTION 884 G
Energi	293 kJ/70 kcal	2588 kJ/619 kcal
Fett	2 g	17 g
Varav mättat fett	1 g	8 g
Kolhydrat	10 g	86 g
Varav sockerarter	4 g	35 g
Protein	3 g	25 g
Fiber	2 g	21 g
Salt	0,1 g	0,9 g

Observera att näringsinformationen på receptkortet kan variera beroende på naturliga fluktuationer och kortvariga produktförändringar.

Allergier

7) Mjök

(Se vidare information om allergier och eventuella spår av allergier på ingrediensförpackningen)

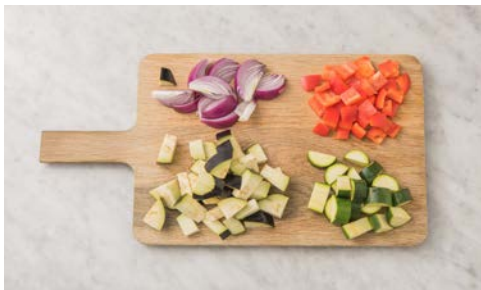
Baharat kryddmix ingredienser: Kanel, muskotnöt, kryddnejlika, svartpeppar, ingefära

Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se

2019-V48

 HelloFRESH



1. Förbered grönsaker

Koka upp **vatten** i vattenkokaren. Sätt ugnen på 200°C grillfunktion.

Halvera **paprika**, ta bort kärnhus och dela i 2 cm stora bitar. Skala och dela **rödlök** i klyftor. Halvera **courgette** på längden och skär i 2 cm breda halvmånar. Tärna **aubergine** i 2 cm stora bitar.



4. Byt till en ugnform

För över **grönsakerna** från bakplåten i en ugnform (vi använder 20x26 cm form för två personer) när de är färdiggrillade.

Häll i en burk med **krossade tomater** i ugnformen och rör om. Krydda med **salt*** och **peppar***.

Ändra ugnsfunktionen från grill till över- och undervärme.



2. Rosta grönsaker

Placera **grönsakerna** på en stor bakplåt. Tillsätt en skvätt **olja***, **timjan**, **oregano**, och **baharat kryddmix**. Krydda med **salt*** och **peppar***, och blanda ordentligt.

Rosta **grönsakerna** tills de är gyllenbruna och mjuka, 25-30 min. Vänd **grönsakerna** halvvägs in i tillagningstiden.



5. Täck med potatismos

Täck **grönsakerna** med ett jämnt lager av **potatismos**.

Strö **mozzarella** över gratängen och gratinera i ugnen tills ytan är gyllenbrun.

Blanda **rucola** med **olivolja***, **salt*** och **peppar*** i en skål.



3. Mosa potatis

Tärna **potatis** i 2 cm stora bitar (valfritt att skala). Lägg bitarna i kastrullen, täck dem med vattnet från vattenkokaren och koka upp. Sänk värmen och låt sjuda ca 12-15 min.

Häll av i ett durkslag och lägg tillbaka **potatisen** i kastrullen. Mosa **potatisen** tillsammans med **smör*** tills det blir ett jämnt mos. Krydda med **salt*** och **peppar***. Täck med lock för att hålla värmen.



6. Servera

Servera **ratatouillegratängen** i stora skålar med **rucolasallad** vid sidan av.

Smaklig måltid!

HELLO KING EDWARD!

Denna mjöliga potatisvarianten tros vara döpt till minne av kröningen av Kung Edward VII av Storbritannien i 1902.