

VEGETARISCHE FAJITAS MIT PAPRIKA & PILZEN, scharfer Soße und Limettendip



HELLO ZWIEBEL

Basis und Königsgemüse zugleich: Ohne Zwiebeln fehlt vielen Gerichten einfach die richtige Würze! Regelmäßig gegessen schützen sie sogar Herz und Blutgefäße.



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

Vielen Dank für Dein Verständnis!



rote Zwiebel



Tomaten



gelbe Paprika



rote Paprika



Tortilla-Wraps



Käse-Mix



Limette (gewachst)



saure Sahne



Joghurt



Sriracha Sauce



Champignons

15 [20 |25] Min.

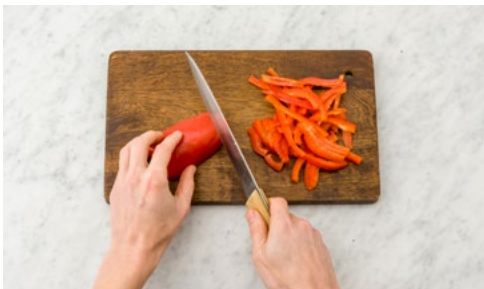
25 [30 |35] Min.

Stufe 1

Thermomix hilft

Veggie

Wasche **Obst** und **Gemüse** ab.
 Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.
 Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 Gemüsereibe** und **3 kleine Schüsseln**.



1 GEMÜSE SCHNEIDEN

Rote Zwiebel abziehen und halbieren. Eine **Hälfte** in dünne Streifen schneiden.

Gelbe und **rote Paprika** halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm dünne Streifen schneiden.

Champignons je nach Größe vierteln oder achteln.



2 GEMÜSE BACKEN

Paprika- und **Zwiebelstreifen** zusammen mit den **Champignons** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl*** beträufeln, mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und für 18 – 20 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.

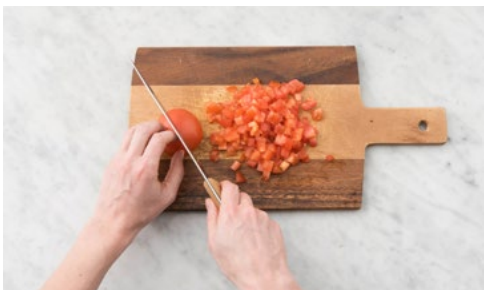
Währenddessen **Limette** heiß abwaschen, Schale der **Limette** abreiben, **Limette** in Spalten schneiden und mit dem Rezept fortfahren.



3 LIMETTENSCHMAND

Restliche **Zwiebel** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen. **Saft** von **2 Limettenspalten** zu den **Zwiebeln** geben, **Saure Sahne** mit 1 EL [1½ EL | 2 EL]

Limettenabrieb, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 4** mischen. Nach Geschmack einige Tropfen **Limettensaft** zugeben, mit dem Spatel unterheben und in eine zweite kleine Schüssel umfüllen.



4 FÜR DIE SALSA

Tomaten halbieren und Strunk entfernen. **Tomaten** in kleine Würfel schneiden und zu den marinierten **Zwiebelwürfeln** geben. 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und weiter marinieren lassen.



5 SCHARFE SOSSE

In einer kleinen Schüssel **Sriracha Sauce** (**Achtung: scharf!**) mit **Joghurt** verrühren. **Dip** mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Tortillas im Backofen für 1 – 2 Min. erwärmen.



6 ANRICHTEN

Tortillas auf Tellern verteilen und **scharfe Soße** gleichmäßig darauf verstreichen. **Ofengemüse** darübergeben, mit **Käse** und marinierten **Tomaten-Zwiebel-Würfeln** bestreuen und mit **Limettenschmand** toppen. **Tortillas** mit **Limettenspalten** genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
rote Zwiebel NL	1	2	2
Tomaten NL	2	3	4
gelbe Paprika ES NL BE IL	1	1	2
rote Paprika ES NL BE IL	1	2	2
Tortilla-Wraps 1) 8)	8	12	16
Käse-Mix 5)	50 g	75 g	100 g
Limette, gewachst BR MX	1	1	2
saure Sahne 5)	150 g	150 g	300 g
Champignons	200 g	300 g	400 g
Joghurt 5)	75 g	100 g	150 g
Sriracha Sauce 11)	15 ml	15 ml	30 ml
Öl* für Schritt 2 und 4	je 1 EL	je 1½ EL	je 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. 700 g)
Brennwert	446 kJ/107 kcal	3.230 kJ/772 kcal
Fett	4,87 g	35,26 g
– davon ges. Fettsäuren	1,80 g	12,99 g
Kohlenhydrate	11,42 g	82,64 g
– davon Zucker	3,43 g	24,85 g
Eiweiß	3,79 g	27,45 g
Salz	0,441 g	3,190 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 5) Milch 8) Sesamsamen
- 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien NL: Niederlande BR: Brasilien MX: Mexiko
 BE: Belgien IL: Israel

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