



Leichter kochen,
besser essen!

hellofresh.de | kundenservice@hellofresh.de



KW 16 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [v](#) [p](#)
2015

Bratwurst mit dreierlei Gemüse-Pommes

aus Petersilienwurzel, Karotten und Kartoffeln

Und? Welche magst Du lieber, die revolutionäre Wurst von Grillido aus Hähnchenfleisch oder etwa mit Feta gefüllt? Oder liebst Du es klassisch und bevorzugst die Wurst aus dieser Box? Ich freue mich über jedes Feedback, ob auf Facebook oder bei der Rezeptbewertung! Weiterhin guten Appetit!



30 min.



Stufe 3



Rosmarin



Petersilienwurzeln



Kartoffeln



Karotten



rote Zwiebel



Tomaten



Petersilie



Bratwürste

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Rosmarin	5 g	10 g
Petersilienwurzeln	250 g	500 g
Kartoffeln	2	4
Karotten	2	4
rote Zwiebel	1	2
Tomaten	2	4
Petersilie glatt	10 g	20 g
Bratwürste	4	8

⊕ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene
keine

Nährwerte pro Person
Kalorien: 709 kcal
Kohlenhydrate: 34 g,
Fett: 47 g, Eiweiß: 27 g
Ballaststoffe: 10 g

Gut im Haus zu haben

Salz, Pfeffer, Olivenöl, Zucker, Öl (bei 4 Personen Mengen verdoppeln)

Was zum Kochen gebraucht wird

Ofen, Backblech, Backpapier, Pfanne, Mixer/Pürierstab, Küchenpapier

2



1 Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2 **Rosmarin** waschen, trocken schütteln, Nadeln abziehen und fein hacken. **Petersilienwurzeln**, **Kartoffeln** und **Karotten** schälen und in ca. 1 cm dicke und 5 cm lange Gemüse-Pommes schneiden. Gemüse-Pommes und **Rosmarin** in eine Schüssel geben und mit 2 EL **Olivenöl**, **Salz** und **Pfeffer** mischen. Dann auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und ca. 20 Min. backen.

4



3 In der Zwischenzeit: **Zwiebel** abziehen, halbieren und in dünne **Scheiben** schneiden. **Tomaten** waschen, Strunk entfernen und in grobe Stücke schneiden. **Petersilie** waschen und trocken schütteln.

4 In einer Pfanne 1 EL **Olivenöl** erhitzen und **Zwiebeln** bei schwacher Hitze etwa 3-4 Min. dünsten. Dann **Zwiebeln**, **Tomaten**, 1/2 TL **Zucker**, **Petersilie** samt Stiel sowie **Salz** und **Pfeffer** mit einem Mixer/Pürierstab pürieren. Kurz zur Seite stellen.

5



5 Pfanne mit einem Küchenpapier auswischen und mit 1 EL **ÖL** erneut erhitzen. **Bratwürste** von allen Seiten bräunlich anbraten. Dann Tomatensoße zugeben und ca. 1 Min. zusammen erhitzen.

6 Nach der Garzeit die Rosmarin-Gemüse-Pommes aus dem Ofen nehmen. **Bratwürste** mit Soße auf Tellern verteilen und mit den Pommes genießen.

5

