

Nürnberger Würstchen vom Blech mit Ofengemüse in Honig-Rosmarin-Marinade

Family 10 Min. Vorbereitung 30 – 40 Minuten • 825 kcal • Tag 5 kochen

26



Nürnberger Würstchen



Kartoffeln (Drillinge)



rote Zwiebel



Karotte



frische Rote Beete



Rosmarin



Gewürzmischung
„Hello Patatas“



Blütenhonig



Schmand



süßer Senf



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

2 Backbleche mit Backpapier, Gemüseschäler und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Nürnberger Würstchen	10	15	20
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	600 g	800 g
rote Zwiebel DE	1	2	2
Karotte DE FR IT ES IL	2	3	4
frische Rote Beete DE	1	2	2
Rosmarin	10 g	10 g	10 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
Blütenhonig	8 g	15 g**	20 g
Schmand 7)	100 g	200 g	200 g
süßer Senf 9)	15 ml	15 ml	30 ml

**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. 610 g)
Brennwert	566 kJ/135 kcal	3451 kJ/825 kcal
Fett	8,78 g	53,52 g
– davon ges. Fettsäuren	3,45 g	21,02 g
Kohlenhydrate	10,00 g	60,93 g
– davon Zucker	3,55 g	21,65 g
Eiweiß	3,72 g	22,67 g
Salz	0,548 g	3,339 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

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **FR:** Frankreich **IT:** Italien **ES:** Spanien **IL:** Israel



Vorbereitung

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

Karotten schälen und in ca. 5 cm lange und 1 cm breite Stifte schneiden.

Zwiebel halbieren und in ca. 1 cm Spalten schneiden.

Rote Beete schälen und in 2 cm Stücke schneiden.

Rosmarin in 2 Stücke teilen.



Würstchen backen

Würstchen auf ein weiteres mit Backpapier belegtes Backblech legen und für die letzten 15 Min. über dem **Gemüseblech** mitbacken.



Kartoffeln würzen

Kartoffeln nach Belieben schälen, größere **Kartoffeln** halbieren.

Kartoffeln auf eine Hälfte eines mit Backpapier belegten Backblechs geben, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** und **Gewürzmischung „Hello Patatas“** vermengen.



Dip zubereiten

In der Schüssel aus Schritt 3 **Schmand** mit **süßem Senf** verrühren. **Dip** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Gemüse marinieren

In einer großen Schüssel **Karotten**, **Rote Beete** und **Zwiebel** mit **Honig**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und mit dem **Rosmarin** neben die **Kartoffeln** aufs Blech geben.

Die Schüssel für Schritt 5 beiseitestellen.

Alles zusammen 25 – 30 Min. backen.



Anrichten

Gemüse und **Kartoffeln** auf Teller verteilen.

Würstchen daneben anrichten und den **Dip** dazu reichen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

