

# Loaded Smashed Potatoes

mit Jalapeño-Käse-Sauce, Avocado & Pico de Gallo

Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 810 kcal • Tag 5 kochen



Kartoffeln (Drillinge)



Avocado



Tomate



Jalapeño



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Limette, gewachst



Koriander



Kochsahne



geriebener Junger Gouda



Gewürzmischung  
„Hello Patatas“



Gemüsebrühe



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*, Zucker\*, Olivenöl\*, Wasser\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 großen Topf mit Deckel, 1 kleinen Topf und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	800 g	1200 g
Avocado <b>KE</b>   <b>PE</b>   <b>MA</b>   <b>CO</b>   <b>TZ</b>   <b>ZA</b>   <b>MX</b>   <b>CL</b>   <b>IL</b>   <b>ES</b>	1	2	2
Tomate <b>NL</b>   <b>ES</b>   <b>BE</b>   <b>PL</b>   <b>MA</b>	2	3	4
Jalapeño <b>NL</b>	1	1	1
rote Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Limette, gewachst <b>BR</b>   <b>MX</b>   <b>PE</b>   <b>VN</b>   <b>CO</b>   <b>GT</b>	1	1	1
Koriander	10 g	10 g	10 g
Kochsahne <b>7)</b>	150 g	200 g	300 g
geriebener Junger Gouda <b>7)</b>	75 g	100 g	150 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
Gemüsebrühe <b>10)</b>	4 g	6 g	8 g

\*\*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. 730 g)
Brennwert	462 kJ/111 kcal	3388 kJ/810 kcal
Fett	7,09 g	51,96 g
– davon ges. Fettsäuren	2,59 g	18,95 g
Kohlenhydrate	8,55 g	62,66 g
– davon Zucker	1,91 g	14,02 g
Eiweiß	2,73 g	20,04 g
Salz	0,382 g	2,800 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) **10)** Sellerie

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **KE:** Kenia **PE:** Peru **MA:** Marokko **CO:** Kolumbien **TZ:** Tansania **ZA:** Südafrika **MX:** Mexiko **CL:** Chile **IL:** Israel **ES:** Spanien **NL:** Niederlande **BE:** Belgien **PL:** Polen **BR:** Brasilien **VN:** Vietnam **GT:** Guatemala



## 1 Kartoffeln kochen

Heize den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (230 °C Umluft) vor.

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und aufkochen lassen.

Gewaschene **Drillinge** zugeben und 12 – 15 Min. garen, bis sie weich sind.



## 4 Kartoffeln backen

Fertig gekochte **Kartoffeln** abgießen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Jede **Kartoffel** mit einem Topfdeckel so andrücken, dass sie aufplatzt und ca. 2 cm flach ist.

Zerdrückte **Kartoffeln** mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl\*** beträufeln, mit der Hälfte vom „**Hello Patatas**“, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und 6 – 8 Min. im Ofen knusprig backen.

**Tipp:** Wenn Du die Kartoffeln besonders knusprig magst, stelle in den letzten 2 Min. die Grillfunktion an.

### Jalapeño

Heiß her geht es, sobald die scharfe Paprikasorte Einzug in unsere Rezepte findet – lass bei der Jalapeño ein wenig Vorsicht walten.



## 2 Gemüse schneiden

**Zwiebel** fein hacken.

**Knoblauch** fein hacken.

**Jalapeño** halbieren, entkernen und fein hacken (**Achtung: scharf!**).

**Tomaten** grob würfeln.

**Koriander** fein hacken.

**Limette** vierteln.



## 5 Für die Käsesoße

In einem kleinen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Gehackten Knoblauch**, **Jalapeñowürfel** und restliche **Zwiebelwürfel** darin 2 – 3 Min. anschwitzen, bis sie anfangen zu duften. **Kochsahne**, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser\***, **Gemüsebrühe** und restliches „**Hello Patatas**“ einrühren. **Gouda** hineingeben und 3 – 4 Min. unter Rühren erhitzen, bis der **Käse** schmilzt und eine glatte **Soße** entsteht.

**Tipp:** Wenn die Soße zu dick wird, füge löffelweise **Wasser\*** hinzu.



## 3 Salsa zubereiten

In einer kleinen Schüssel **Tomatenwürfel** zusammen mit der Hälfte des **Korianders**, der Hälfte der **Zwiebel**, **Soft** aus 1 [2 | 2] **Limettenspalte** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** vermengen. Mit **Salz\***, **Pfeffer\*** und **Zucker\*** abschmecken.



## 6 Anrichten

**Avocado** halbieren, entkernen, das **Fruchtfleisch** herauslösen und in 2 cm Würfel schneiden.

**Smashed Potatoes** auf Tellern anrichten und mit der **Käsesoße** toppen.

**Tomatensalat**, **Avocadowürfel**, nach Belieben restliche **Kräuter** und restliche **Limettenspalten** dazu servieren.

**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>

