

# Bürgermeisterstück unter einer Kräuterhaube

dazu Honig-glasierte Karotten und rauchige Paprika-Soße

High Protein Thermomix kocht • 1074 kcal • Tag 5 kochen

10



Kartoffeln



Karotte



Honig



Semmelbrösel



Kochsahne



mittelscharfer Senf



Rinderbrühe



Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“



Butter



Bürgermeisterstück



Maisstärke



Kerbel



Schnittlauch



geriebener Thymian



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter und das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Pfeffer\*, Salz\*, Öl\*, Wasser\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Pfanne, 1 große Schüssel, Klarsichtfolie, 1 Auflaufform und 1 Messbecher

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln	600 g	800 g	1200 g
Karotte <b>DE</b>	4	6	8
Honig	20 g	30 g**	40 g
Semmelbrösel <b>15</b>	25 g	50 g	50 g
Kochsahne <b>7</b>	200 g	300 g	400 g
mittelscharfer Senf <b>9</b>	10 ml	20 ml	20 ml
Rinderbrühe	6 g	10 g	12 g
Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ <b>9</b>	3 g	4,5 g**	6 g
Butter <b>7</b>	40 g	60 g	80 g
Bürgermeisterstück	450 g	650 g	900 g
Maisstärke	4 g	6 g	8 g
Kerbel/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
gerebelter Thymian	0,5 g**	0,75 g**	1 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. 1150 g)
Brennwert	391 kJ/93 kcal	4495 kJ/1074 kcal
Fett	4,53 g	52,11 g
– davon ges. Fettsäuren	2,05 g	23,58 g
Kohlenhydrate	7,65 g	88,01 g
– davon Zucker	2,47 g	28,45 g
Eiweiß	5,27 g	60,60 g
Salz	0,273 g	3,135 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 15) Weizen

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

**Ursprungsländer:** DE: Deutschland



## Für den Rinderbraten

Heize den Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze (100 °C Umluft) vor.

Bereite aus der mitgelieferten **Rinderbrühe** und 500 ml [750 ml | 1.000 ml] heißem **Wasser\*** eine **Rinderbrühe** vor. In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Fleisch** von allen Seiten ca. 1 Min. anbraten, bis es etwas bräunt. **Fleisch** in die Auflaufform geben und angerührte **Brühe** zugeben. Auflaufform mit Alufolie fest verschließen und 2,5 Std. in den Ofen geben.

**Tipp:** Du kannst das Bürgermeisterstück bis zu 4 Stunden im Ofen schmoren, so wird es noch zarter.

Währenddessen fortfahren.



## Dampfgaren

500 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Gareinsatz einsetzen, Varoma aufsetzen, **30 Min./Varoma/Stufe 1** garen und pausieren, bis die **Kartoffeln** fertig sind.

Varoma abnehmen und **Karotten** in eine Pfanne umfüllen.

Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen, **Kartoffeln** in die Schüssel zum **Kerbel** geben, **salzen\***, mischen und warmhalten.

Mixtopf leeren.

Auflaufform mit dem **Fleisch** aus dem Ofen holen und **Brühe** aus der Auflaufform in den Mixtopf umfüllen.



## Für die Kruste

**Kerbel** mit Stielen in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine große Schüssel umfüllen.

**Schnittlauch** in kurze Röllchen schneiden.

**Butter**, **Semmelbrösel**, **Senf**, **Schnittlauchröllchen**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 5** vermengen und auf ein Stück Klarsichtfolie umfüllen. **Masse** mit den Händen plattdrücken, sodass sie die Größe des **Fleischstücks** hat und abgedeckt in den Kühlschrank legen.

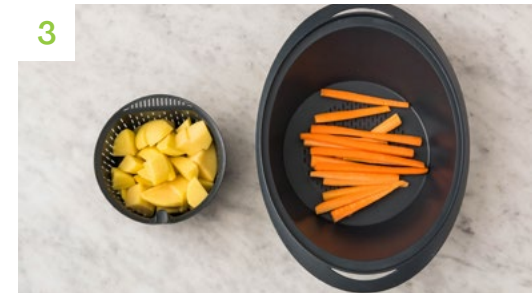


## Fleisch & Soße

**Kräuterteig** ohne Folie auf das **Fleisch** legen und ca. 5 Min. unter dem Grill goldbraun backen. Dann bis zum Servieren ruhen lassen.

**Stärke**, **Sahne** und „Hello Smoky Paprika“ in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./Stufe 4** vermischen und **5 Min./98 °C/Stufe 2** kochen. Anschließend **Soße** schrittweise ansteigend auf **30 Sek./Stufe 5-7-8** schaumig aufschlagen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

Währenddessen fortfahren.



## Gemüse vorbereiten

**Kartoffeln** schälen, in ca. 3 cm große Würfel schneiden und in den Gareinsatz geben.

Eventuell überstehende **Kartoffeln** in den Varoma-Behälter geben.

**Karotten** schälen, längs vierteln und in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz frei bleiben. Varoma verschließen und 40 Min. bevor das **Fleisch** fertig ist, mit der Zubereitung fortfahren.



## Anrichten

**Thymian** zu den **Karottensticks** geben, vermengen und Pfanne erhitzen. **Honig** darüber träufeln, vermischen und **Karotten** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Rinderbraten** in Scheiben schneiden, mit glasierten **Karotten** anrichten.

**Soße** dazu reichen und genießen.

**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>

