

Käsige Hackbällchen mit Rahmchampignons dazu Konfetti-Stampf

Kids Favorite 30 – 40 Minuten • 858 kcal • Tag 2 kochen

35



gemischtes Hackfleisch



vorw. festk. Kartoffeln



Champignons



Karotte



Kochsahne



geriebener Junger Gouda



Frühlingszwiebel



Zwiebel



Panko-Mehl



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Butter*

Kochutensilien

1 großen Topf, 1 große Pfanne mit Deckel, 1 Kartoffelstampfer, 1 kleine Schüssel, Gemüseschäler, Sieb und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischtes Hackfleisch	250 g	375 g	500 g
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Champignons	150 g	200 g	300 g
Karotte DE	1	2	2
Kochsahne 7)	150 g	150 g	300 g
geriebener Junger Gouda 7)	50 g	75 g	100 g
Frühlingszwiebel DE NL MA EG	1	1	2
Zwiebel DE	1	1	2
Panko-Mehl 13) 15)	25 g	40 g**	50 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	2 g	4 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.)

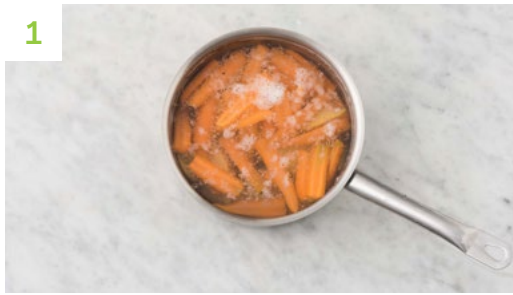
	100 g	Portion (ca. 600 g)
Brennwert	559 kJ/134 kcal	3590 kJ/858 kcal
Fett	8,21 g	52,70 g
– davon ges. Fettsäuren	4,00 g	25,65 g
Kohlenhydrate	8,31 g	53,32 g
– davon Zucker	1,78 g	11,40 g
Eiweiß	6,35 g	40,76 g
Salz	0,473 g	3,035 g

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) 13) Glutenhaltiges Getreide 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande MA: Marokko EG: Ägypten



1 Kartoffeln garen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Kartoffeln schälen und je nach Größe vierteln oder halbieren.

Karotte schälen und in grobe Stücke schneiden.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen. **Kartoffeln** und **Karotte** zugeben, Hitze reduzieren und 15 – 20 Min. weich garen.

In der Zwischenzeit mit der Zubereitung fortfahren.



2 Gemüse schneiden

Zwiebel halbieren, eine Hälfte fein würfeln und den Rest in dünne Streifen schneiden.

Champignons je nach Größe halbieren oder vierteln.

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.



3 Bällchen formen

In einer großen Schüssel **Hackfleisch**, **Zwiebelwürfel**, **Panko-Mehl**, **Käse**, die Hälfte vom „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** gründlich mit den Händen vermengen und aus der **Hackfleischmasse** ca. 12 [18 | 24] **Bällchen** formen.



4 Hackbällchen anbraten

In einer großen Pfanne mit Deckel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öt*** bei hoher Hitze erwärmen. **Hackbällchen** ca. 3 Min. rundherum scharf anbraten und anschließend aus der Pfanne nehmen.



5 Für die Soße

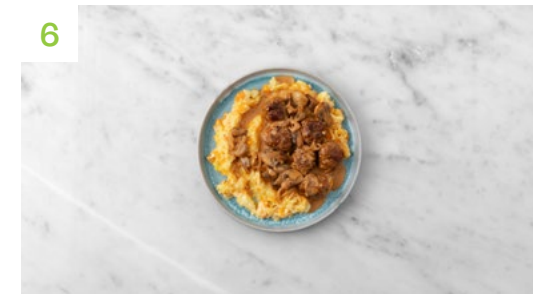
Hitze reduzieren und in derselben Pfanne **Zwiebel** und **Champignons** ohne weitere Fettzugabe ca. 3 Min. braten.

2 EL [3 EL | 4 EL] **Kochsahne** in eine kleine Schüssel füllen.

Restliche **Kochsahne** und restliches „**Hello Paprika**“ in die **Pilzpfanne** geben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Hackbällchen in die **Soße** geben, Hitze reduzieren und alles abgedeckt 5 – 8 Min. gar ziehen lassen.

Tipp: Wenn die Soße zu dick wird, gib' einen Schluck Wasser dazu.



6 Anrichten

Kartoffeln und **Karotte** durch ein Sieb abgießen und gleich zurück in den Topf geben.

Kochsahne aus der kleinen Schüssel, **Frühlingszwiebelringe**, 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Butter***, **Salz*** und **Pfeffer*** zufügen und mit dem Kartoffelstampfer zu einem **Stampf** verarbeiten.

Kartoffel-Karotten-Stampf auf Teller verteilen. **Hackbällchen** daneben anrichten und genießen.

Guten Appetit!