

Chase's schneller Grillhähnchen-Burger mit Kartoffelspalten und Sweet-Chili-Mayonnaise

30 – 40 Minuten • 910 kcal • Tag 3 kochen

35



Hähnchenbrustfilet in Lake



Brioche Bun, natur



Mayonnaise



Sweet-Chili-Soße



Salatherz (Romana)



Ofenkartoffel



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



Tomate



AB 28. SEPTEMBER
IM KINO



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

Los geht's

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

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Pfeffer*, Salz*, Öl*, Weißweinessig*, Butter*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne,
1 kleine Schüssel und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet in Lake	250 g	375 g	500 g
Brioche Bun, natur 3) 7) 8) 11) 13) 15)	160 g	240 g	320 g
Mayonnaise 8) 9)	50 g	75 g	100 g
Sweet-Chili-Soße 14)	25 g	50 g	50 g
Salatherz (Romana) DE	1	1	2
Ofenkartoffel DE FR BE	2	3	4
Gewürzmischung „Hello Paprika“	6 g	8 g	12 g
Tomate NL ES BE PL MA	1	2	2

**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. 560 g)
Brennwert	676 kJ/162 kcal	3806 kJ/910 kcal
Fett	8,2 g	46,1 g
– davon ges. Fettsäuren	1,6 g	8,8 g
Kohlenhydrate	14,3 g	80,3 g
– davon Zucker	3,1 g	17,2 g
Eiweiß	6 g	33,8 g
Salz	0,48 g	2,68 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: **3)** Sesamsamen **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **11)** Soja **13)** Glutenhaltiges Getreide **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **FR:** Frankreich **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **BE:** Belgien **PL:** Polen **MA:** Marokko



1 Kleine Vorbereitung

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

Kartoffeln in 4 oder 6 Spalten schneiden. **Kartoffeln** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, Hälfte „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. goldbraun backen.



2 Für den Dip

In einer kleinen Schüssel **Mayonnaise**, **Sweet-Chili-Soße**, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dip** vermengen.

In einer großen Schüssel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Dip**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Essig***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dressing** verrühren.



3 Gemüse vorbereiten

Romanasalat in sehr feine Streifen schneiden und in die Schüssel mit dem **Dressing** geben.

Tomaten in feine Scheiben schneiden. Leicht **salzen***.

Brioche Buns waagrecht halbieren.



4 Brioche Buns toasten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** erhitzen. **Brioche Buns** darin 1 – 2 Min. auf der Schnittseite toasten, bis sie goldbraun sind.



5 Für das Hähnchen

Hähnchenbrust waagrecht aufschneiden, aber nicht durchschneiden und wie ein Buch aufklappen. **Filets** auf beiden Seiten mit restlichem „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

In derselben Pfanne erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Hähnchenbrustfilets** darin 2 – 3 Min. pro Seite anbraten, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist.



6 Anrichten

Etwas von der **Sweet-Chili-Mayonnaise** auf den Schnittseiten der **Brioche Buns** verteilen. **Romanasalat** und **Tomaten** darauf verteilen und mit dem **Grilled Chicken** toppen. **Kartoffeln** daneben anrichten und mit restlichem **Salat** und restlichem **Dip** 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>

