

# Spicy Sriracha Chicken Burger

mit Kartoffelwedges, knackigem Salat & Joghurtdip

10 Min. Vorbereitung High Protein 30 – 40 Minuten • 758 kcal • Tag 3 kochen



vegane Brioché  
Burger Buns



Hähnchenbrustfilet in Lake



Ofenkartoffel



Sriracha Sauce



Gewürzmischung  
„Hello Cajun“



Salatherz (Romana)



Gewürzmischung  
„Hello Patatas“



Mayonnaise



Tomate



Naturjoghurt



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

# Los geht's

Wasche Gemüse ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Pfeffer\*, Weißweinessig\*, Öl\*, Salz\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 kleine Schüssel und 2 große Schüsseln

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
vegane Brioche Burger Buns <b>15)</b>	160 g	240 g	320 g
Hähnchenbrustfilet in Lake	250 g	375 g	500 g
Ofenkartoffel <b>DE   FR   BE</b>	2	3	4
Sriracha Sauce	16 ml	24 ml	32 ml
Gewürzmischung „Hello Cajun“	4 g	6 g	8 g
Salatherz (Romana) <b>DE</b>	120 g	240 g	240 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
Mayonnaise <b>8) 9)</b>	25 g	50 g	50 g
Tomate <b>NL   ES   BE   PL   MA</b>	1	2	2
Naturjoghurt <b>7)</b>	75 g	100 g	150 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. 560 g)
Brennwert	562 kJ/134 kcal	3172 kJ/758 kcal
Fett	5,1 g	28,6 g
– davon ges. Fettsäuren	0,8 g	4,6 g
Kohlenhydrate	14,1 g	79,8 g
– davon Zucker	2,7 g	15,3 g
Eiweiß	7,5 g	42,5 g
Salz	0,6 g	3,4 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) **8)** Eier **9)** Senf **15)** Weizen (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

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



## 1 Kartoffeln backen

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

**Kartoffeln** in 4 oder 6 Spalten schneiden.

**Kartoffel** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, „**Hello Patatas**“, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. goldbraun backen.



## 2 Hähnchen marinieren

**Hähnchenbrust** waagrecht aufschneiden, aber nicht durchschneiden und wie ein Buch aufklappen.

**Hähnchenbrust** in eine große Schüssel geben und mit der Hälfte der **Sriracha**, „**Hello Cajun**“, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen.

Marinieren lassen und mit dem Rezept fortfahren.



## 3 Joghurt-Dip vorbereiten

In einer kleinen Schüssel, restliche **Sriracha**, **Joghurt** und **Mayonnaise** zu einem **Dip** verrühren. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 4 Letzte Vorbereitung

**Brioche Buns** waagrecht aufschneiden.

**Tomate** in 0,5 cm Scheiben schneiden und leicht **salzen**.

**Romanasalat** in feine Streifen schneiden.

In einer großen Schüssel **Romanasalat** mit der Hälfte vom **Joghurtdip** und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Weißweinessig\*** vermengen.



## 5 Hähnchen backen

Marinierte **Hähnchenbrust** neben den **Kartoffeln** geben und 12 – 14 Min. garen, bis das **Fleisch** von innen nicht mehr rosa ist.

In den letzten 5 Min. der Garzeit das **Burger-Brötchen** offen in den Ofen geben.

**Tipp:** Bestreiche nach Belieben das Burger-Brötchen mit etwas **Butter** oder **Öl**, damit es eine goldbraune Farbe bekommt.



## 6 Anrichten

Oberseite des **Brötchens** mit etwas **Joghurtdip** bestreichen. Untere Hälfte mit etwas **Salat**, **Tomatenscheiben** und der **Hähnchenbrust** belegen.

**Kartoffelspalten** und restlichen **Salat** daneben anrichten und mit dem restlichen **Dip** genießen.

**Guten Appetit!**

## Sriracha

*Sriracha ist eine 'hot sauce', eine scharfe Soße aus Essig, Knoblauch, Zucker, aber vor allem aus Chilischoten. Eine Zutat, an die Du Dich herantasten solltest, wenn Du Schärfe nicht gewohnt bist.*

Für mehr Essensfreu(n)de:

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

