

# Nürnberger Würstchen in brauner Zwiebelsoße dazu Karotten-Bohnen-Gemüse und Ofenkartoffeln

Family 40 – 50 Minuten • 787 kcal • Tag 5 kochen



Nürnberger Bratwürstchen



vorw. festk. Kartoffeln



Buschbohnen



Karotte



Zwiebel



Gewürzmischung  
„Hello Paprika“



Petersilie glatt



Schnittlauch



Balsamicocreame



Haselnüsse



Rinderbrühe



Maisstärke



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

# Los geht's

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

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Wasser\*, Butter\*, Öl\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 großen Topf, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, 1 Sieb und 1 große Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Nürnberger Bratwürstchen	10	15	20
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Buschbohnen	150 g	200 g	300 g
Karotte <b>DE</b>	2	3	4
Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Balsamicocreme <b>14) 15)</b>	12 g	18 g**	24 g
Haselnüsse <b>2) 23)</b>	10 g	20 g	20 g
Rinderbrühe	6 g	8 g	12 g
Maisstärke	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. 670 g)
Brennwert	493 kJ/118 kcal	3293 kJ/787 kcal
Fett	8 g	53,4 g
– davon ges. Fettsäuren	2,5 g	16,7 g
Kohlenhydrate	7,9 g	52,8 g
– davon Zucker	2,1 g	13,8 g
Eiweiß	3,5 g	23,2 g
Salz	0,55 g	3,69 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:** 2) Schalenfrüchte 14) Schwefeldioxide und Sulfite 15) Weizen 23) Haselnüsse

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

**Ursprungsländer:** DE: Deutschland



## Für die Kartoffeln

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

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

**Kartoffeln** schälen und in 0,5 cm Scheiben schneiden.

**Zwiebel** halbieren und eine Hälfte in 0,5 cm Streifen schneiden.

In einer großen Schüssel **Kartoffelscheiben**, **Zwiebelstreifen**, „**Hello Paprika**“, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen.

**Gemüse** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und 25 – 30 Min. backen, bis die **Kartoffeln** innen weich und außen gebräunt sind.



## Gemüse abschmecken

**Petersilienblätter** fein hacken.

**Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.

**Gemüse** nach dem Ende der Kochzeit durch ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben. 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter\*** und gehackte **Kräuter** hinzufügen, **Butter** schmelzen lassen, umrühren und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Haselnusskerne** grob hacken.



## Für die Karotten

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

**Karotten** schälen, quer halbieren und in ca. 5 cm lange Stifte schneiden.

Enden der **Buschbohnen** entfernen und **Buschbohnen** quer halbieren.

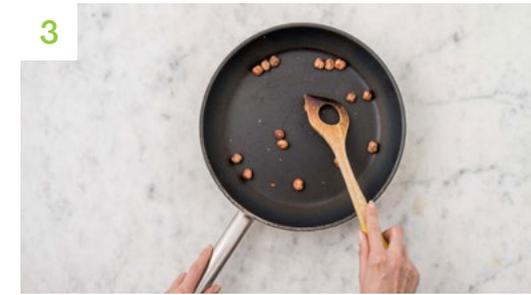
**Karottenstifte** und **Bohnen** im kochenden **Wasser** ca. 8 Min. bissfest kochen.



## Für die Soße

In der Pfanne aus Schritt 3 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Nürnberger Würstchen** darin 5 – 6 Min. goldbraun anbraten. **Würstchen** herausnehmen.

In der Pfanne erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Zwiebelstreifen** darin 1 – 2 Min. anschwitzen. Pfanne mit angerührter **Soße** ablöschen und weitere 2 – 3 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** etwas eindickt. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Haselnüsse rösten

In einem hohen Rührgefäß 200 ml [300 ml | 400 ml] **Wasser\***, **Rinderbrühe**, **Stärke** und **Balsamicocreme** verrühren.

Restliche **Zwiebel** in feine Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne **Haselnusskerne** so lange rösten, bis sie duften. Aus der Pfanne nehmen.



## Anrichten

**Kartoffeln**, **Gemüse**, **Würstchen** und **Soße** auf Tellern anrichten. **Gemüse** mit gehackten **Haselnüssen** toppen 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>

