

Tuna Jacket Potato! gratinierte Ofenkartoffel mit Thunfischcreme, Mais und frischem Salat

Family 10 Min. Vorbereitung 45 – 55 Minuten • 651 kcal • Tag 3 kochen

26



Skipjack Thunfisch
im eigenen Saft



Sriracha Sauce



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



Frühlingszwiebel



junger Gouda, gerieben



Mayonnaise



Buttermilch-
Zitronen-Dressing



Salatherz (Romana)



Karotte



Ofenkartoffel



Mais

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz*, Öl*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Gemüsereibe und 2 große Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Skipjack Thunfisch im eigenen Saft 4	160 g	240 g**	320 g
Sriracha Sauce	8 ml	16 ml	16 ml
Gewürzmischung „Hello Paprika“	6 g	10 g	12 g
Frühlingszwiebel EG MA SN	1	2	2
junger Gouda, gerieben 7	50 g	75 g	100 g
Mayonnaise 8 9	25 g	50 g	50 g
Buttermilch-Zitronen-Dressing 7 8 9	100 ml	150 ml	200 ml
Salatherz (Romana)	120 g	240 g	240 g
Karotte DE IL NL FR IT ES	1	2	2
Ofenkartoffel DE FR BE	2	3	4
Mais	150 g	150 g	340 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	489 kJ/117 kcal	2723 kJ/651 kcal
Fett	6,2 g	34,4 g
– davon ges. Fettsäuren	1,4 g	8,1 g
Kohlenhydrate	9,2 g	51,5 g
– davon Zucker	3,4 g	18,7 g
Eiweiß	5,5 g	30,4 g
Salz	0,69 g	3,85 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: **4** Fisch **7** Milch (einschließlich Laktose) **8** Eier **9** Senf (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **IL:** Israel **NL:** Niederlande **FR:** Frankreich **IT:** Italien **ES:** Spanien **EG:** Ägypten **MA:** Marokko **SN:** Senegal **BE:** Belgien



1 Kartoffeln garen

Heize den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (230 °C Umluft) vor.

Kartoffeln längs halbieren und vorsichtig mehrmals die Schnittseite mit einer Gabel einstechen. Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, Hälfte „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und mit der Schnittseite nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im Ofen 25 – 30 Min. backen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



2 Kleine Vorbereitung

Mais mithilfe des Deckels abgießen und in den letzten 10 Min. mit auf das Backblech geben.

Thunfisch mithilfe des Deckels abgießen.

Weißem und grünem Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.



3 Für die Thunfischcreme

In einer großen Schüssel **Thunfisch**, **Mayonnaise**, **Käse**, **Sriracha Sauce** (**Achtung: scharf!**), weißen Teil der **Frühlingszwiebel**, restliches „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.



4 Für den Slaw

Karotte grob raspeln.

Salat in feine Streifen schneiden.

Beides in eine große Schüssel geben und mit der Hälfte des **Buttermilch-Zitronen-Dressings** vermengen.



5 Ofenkartoffel

Kartoffeln nach der Garzeit aus dem Ofen nehmen und mit der **Thunfischcreme** toppen.

Ofen auf die Grillfunktion stellen und **Kartoffeln** für 2 – 3 Min. auf der oberen Schiene überbacken, bis der **Käse** geschmolzen ist.



6 Anrichten

Überbackene **Kartoffeln** auf Teller verteilen und mit **Mais** und grünem Teil der **Frühlingszwiebel** toppen. Restliches **Buttermilch-Zitronen-Dressing** darüber verteilen und **Karottenslaw** daneben anrichten.

Guten Appetit!

Sriracha Sauce

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>

