

# Silvesterplatte für Raclette oder Pfanne mit Hähnchen, Schwein und Minibouletten mit Bacon

Viel Gemüse High Protein Thermomix hilft • 1563 kcal • Tag 2 kochen

15



**Natürlicher Geschmack**

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

- Hähnchenbrustfilet in Lake
- Gewürzmischung „Hello Harissa“
- Rinderhackfleisch
- Bacon (Scheiben)
- Schweinelachssteaks
- Steinofenbaguette
- Knoblauchzehe
- Butter
- Petersilie glatt
- Majoran
- Hummus
- Naturjoghurt
- braune Champignons
- Balsamicoreme
- Paprika multicolor
- rote Zwiebel
- Mayonnaise

# Los geht's

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

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Öl\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech, 1 Backpapier, 1 große Schüssel, 1 große Pfanne und 3 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet in Lake	250 g	375 g	500 g
Gewürzmischung „Hello Harissa“	2 g	4 g	4 g
Rinderhackfleisch	200 g	300 g	400 g
Bacon (Scheiben)	100 g	125 g	200 g
Schweinelachssteaks	250 g	375 g	500 g
Steinofenbaguette <b>(15)   16)</b>	250 g	250 g	500 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	2	3	3
Butter <b>7)</b>	20 g	40 g	40 g
Petersilie glatt/Majoran	10 g	10 g	10 g
Hummus <b>3)</b>	70 g	105 g**	140 g
Naturjoghurt <b>7)</b>	100 g	150 g	200 g
braune Champignons	150 g	200 g	300 g
Balsamicoreme <b>(14)   15)</b>	12 g	24 g	24 g
Paprika multicolor <b>NL   BE</b>	2	3	4
rote Zwiebel <b>DE</b>	2	3	4
Mayonnaise <b>(8)   9)</b>	25 g	50 g	50 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. 1000 g)
Brennwert	655 kJ/156 kcal	6538 kJ/1563 kcal
Fett	8,6 g	85,6 g
– davon ges. Fettsäuren	2,9 g	28,9 g
Kohlenhydrate	9,4 g	93,7 g
– davon Zucker	2,5 g	24,9 g
Eiweiß	10,5 g	105,2 g
Salz	0,47 g	4,67 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 14) Schwefeldioxide und Sulfite 15) Weizen 16) Gerste

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

**Ursprungsländer:** DE: Deutschland NL: Niederlande BE: Belgien ES: Spanien



## 1 Gemüse vorbereiten

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

**Paprika** vierteln und entkernen.

**Pilze** halbieren.

**Zwiebeln** abziehen und in 1,5 cm Ringe schneiden.

Die 3 **Gemüsesorten** getrennt voneinander auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.

Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen, aber erst 20 Min. bevor Du essen möchtest, im Ofen backen.

„Hello Harissa“, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in eine große Schüssel geben und verrühren.



## 4 Für die Bouletten

Mixtopf nicht spülen.

**Hackfleisch**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben, **40 Sek./Reverse/Stufe 3,5** mischen, in eine kleine Schüssel umfüllen und daraus 8 [12 | 16] kleine, längliche **Bouletten** formen.

**Baconstreifen** quer halbieren und **Bouletten** mit je 1 **Baconstreifenhälfte** umwickeln.

Wenn Du einen **Raclette-Grill** benutzen möchtest, schneide das **Fleisch** vor dem **Braten** in mundgerechte Stücke und brate diese dann am Tisch.

## Harissa

Harissa ist eine aus dem afrikanischen Raum stammende scharfe Gewürzmischung, die viel gemahlene Chili beinhaltet. Geh vorsichtig bei der Dosierung um.



## 2 Hähnchen & Butter

**Hähnchenbrüste** darin mindestens 10 Min. marinieren. **Knoblauch** abziehen.

**Petersilie** in ca. 2 cm Stücke schneiden und in den Mixtopf geben.

Die Hälfte der **Knoblauchzehen**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

**Butter** zugeben und alles gut mischen.

Das **Baguette** längs halbieren, Schnittflächen mit **Knoblauchbutter** bestreichen und 7 Min. vor Ende der Gemüse-Garzeit 7 – 8 Min. im Ofen backen.



## 5 Fleisch braten

Andernfalls erhitze je 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** in 2 großen Pfannen.

Die ganzen **Schweinelachssteaks** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und zusammen mit den **Mini-Bacon-Bouletten** je Seite 3 – 4 Min. braten.

Die ganzen **Hähnchenbrüste** ca. 5 – 6 Min. je Seite braten.

Währenddessen gebackenes **Gemüse** aus dem Ofen nehmen.



## 3 Dips zubereiten

Restlichen **Knoblauch** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

Hälfte des **Joghurts**, **Mayonnaise**, etwas **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben, **10 Sek./Stufe 3,5** mischen und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Restlichen **Joghurt**, **Hummus**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 3,5** mischen und in eine zweite kleine Schüssel umfüllen.

Jetzt das **Gemüse** in den Ofen gegeben.



## 6 Anrichten

**Majoran** und **Balsamicoreme** über die **Pilze** geben und vermengen.

Wenn Du dieses Meisterstück für deine Gäste zubereitest, schneide das gebratene **Fleisch** auf und serviere es mit dem **Gemüse** auf Platten. Reiche die **Dips** und das **Knoblauchbaguette** dazu.

Wenn Du einen **Raclette-Grill** hast, serviere die **Dips**, das **Gemüse** und das rohe **Fleisch** getrennt voneinander in Schüsseln. Dann kann sich jeder seine Lieblingsstücke selbst zubereiten.

Viel Spaß und frohes neues Jahr!

**Guten Appetit!**