

# Patatas bravas! Spanische Backkartoffeln

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Klimaheld unter 650 Kalorien Vegetarisch Thermomix hilft • 610 kcal • Tag 3 kochen



Kartoffeln (Drillinge)



rote Kirschtomaten



Rucola



Hirtenkäse



schwarze Oliven ohne Stein



Getrocknete Tomaten mit Kräutern



Aioli



Naturjoghurt



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

# Los geht's

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

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Olivenöl\*, Öl\*, Weißweinessig\*, Wasser\*, Salz\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	1000 g	1200 g
rote Kirschtomaten	125 g	125 g	250 g
Rucola	75 g	100 g	150 g
Hirtenkäse 7)	100 g	150 g	200 g
schwarze Oliven ohne Stein	50 g	70 g	100 g
Getrocknete Tomaten mit Kräutern	50 g	75 g	100 g
Aioli 8) 9)	40 g	60 g	80 g
Naturjoghurt 7)	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. 570 g)
Brennwert	452 kJ/108 kcal	2553 kJ/610 kcal
Fett	5,2 g	29,6 g
– davon ges. Fettsäuren	1,3 g	7,5 g
Kohlenhydrate	10,7 g	60,4 g
– davon Zucker	2 g	11,3 g
Eiweiß	3,8 g	21,3 g
Salz	0,61 g	3,42 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

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



## Vorbereitung

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

Ungeschälte **Kartoffeln** vierteln oder achteln.

**Kartoffelstücke** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** beträufeln und mit etwas **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## Kartoffeln backen

**Kartoffeln** auf der mittleren Schiene im Backofen 25 – 35 Min. backen bis sie weich und goldbraun sind.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## In der Zwischenzeit

**Rucola** in mundgerechte Stücke schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren.



## Für das Dressing

**Oliven** in Ringe schneiden.

**Getrocknete Tomaten** samt **Öl** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Weißweinessig\***, 10 g [15 g | 20 g] **Wasser\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **10 Sek./Stufe 3** zu einem **Dressing** vermischen.



## Für die Aioli

In einer kleinen Schüssel **Aioli** und **Joghurt** vermischen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## Anrichten

Geschnittenen **Rucola** auf tiefe Teller verteilen.

**Kirschtomatenhälften** und **Oliven** darauf anrichten.

Mit **Dressing** beträufeln und den **Hirtenkäse** darüber zerbröseln. **Kartoffeln** daneben anrichten und mit **Aioli** 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>

