

Käsige Hackbällchen mit Rahmchampignons dazu Konfetti-Stampf

30 – 40 Minuten • 845 kcal • Tag 2 kochen

35



gemischtes Hackfleisch



vorw. festk. Kartoffeln



braune Champignons



Karotte



Zwiebel



Frühlingszwiebel



Kochsahne



würziger Gouda, gerieben



Panko-Mehl



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

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

Kochutensilien

1 große Schüssel, 1 großer Topf, 1 Gemüseschäler, 1 Kartoffelstampfer, 1 Sieb, 1 kleine Schüssel und 1 große Pfanne mit Deckel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischtes Hackfleisch	250 g	375 g	500 g
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
braune Champignons	150 g	200 g	300 g
Karotte DE IL NL FR IT ES	1	2	2
Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Frühlingszwiebel EG MA SN	1	1	2
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
würziger Gouda, gerieben 7)	50 g	75 g	100 g
Panko-Mehl 15)	25 g	37,5 g**	50 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	2 g	4 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. 640 g)
Brennwert	554 kJ/132 kcal	3536 kJ/845 kcal
Fett	8 g	51,4 g
– davon ges. Fettsäuren	3,9 g	24,8 g
Kohlenhydrate	8,3 g	52,8 g
– davon Zucker	1,8 g	11,3 g
Eiweiß	6,4 g	40,8 g
Salz	0,41 g	2,62 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) **15)** Weizen

(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



Kartoffeln garen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Kartoffeln schälen und je nach Größe vierteln oder halbieren.

Karotte schälen und in grobe Stücke schneiden.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser*** füllen, **salzen*** und einmal aufkochen lassen. **Kartoffeln** und **Karotte** zugeben, Hitze reduzieren und 15 – 20 Min. weich garen.

In der Zwischenzeit mit der Zubereitung fortfahren.



Gemüse schneiden

Zwiebel halbieren, eine Hälfte fein würfeln und den Rest in dünne Streifen schneiden.

Champignons je nach Größe halbieren oder vierteln.

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.



Bällchen formen

In einer großen Schüssel **Hackfleisch**, **Zwiebelwürfel**, **Panko-Mehl**, **Käse**, die Hälfte vom „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** gründlich mit den Händen vermengen und aus der **Hackfleischmasse** ca. 12 [18 | 24] **Bällchen** formen.



Hackbällchen anbraten

In einer großen Pfanne mit Deckel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öt*** bei hoher Hitze erwärmen. **Hackbällchen** ca. 3 Min. rundherum scharf anbraten und anschließend aus der Pfanne nehmen.



Für die Soße

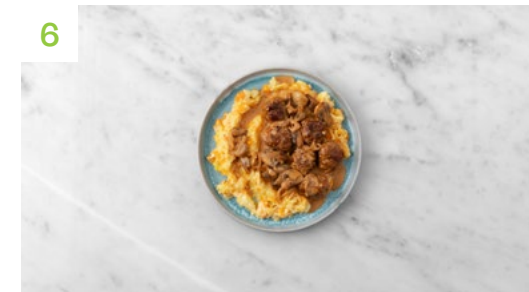
Hitze reduzieren und in derselben Pfanne **Zwiebel** und **Champignons** ohne weitere Fettzugabe ca. 3 Min. braten.

2 EL [3 EL | 4 EL] **Kochsahne** in eine kleine Schüssel füllen.

Restliche **Kochsahne** und restliches „**Hello Paprika**“ in die **Pilzpfanne** geben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Hackbällchen in die **Soße** geben, Hitze reduzieren und alles abgedeckt 5 – 8 Min. gar ziehen lassen.

Tipp: Wenn die Soße zu dick wird, gib' einen Schluck Wasser dazu.



Anrichten

Kartoffeln und **Karotte** durch ein Sieb abgießen und gleich zurück in den Topf geben.

Kochsahne aus der kleinen Schüssel, **Frühlingszwiebelringe**, 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Butter***, **Salz*** und **Pfeffer*** zufügen und mit dem Kartoffelstampfer zu einem **Stampf** verarbeiten.

Kartoffel-Karotten-Stampf auf Teller verteilen. **Hackbällchen** daneben anrichten und genießen.

Guten Appetit!