

# Funny Chicken mit Spinatsahnesoße und Pü

25 – 35 Minuten • 485 kcal • Tag 3 kochen

701



Hähnchengeschnetzeltes



Ofenkartoffel



Babyspinat



Kochsahne



Gewürzmischung  
„Hello Muskat“



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

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

## Kochutensilien

1 große Pfanne, 1 Gemüseschäler, 1 großer Topf mit Deckel und 1 Kartoffelstampfer

## Zutaten 2 Personen

|   | 2P    |
|---|-------|
| Hähnchengeschnetzeltes                          | 250 g |
| Ofenkartoffel <b>DE</b>   <b>FR</b>   <b>BE</b> | 2     |
| Babyspinat                                      | 150 g |
| Kochsahne <b>7</b>                              | 150 g |
| Gewürzmischung „Hello Muskat“ <b>10</b>         | 5 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. 490 g) |
|-------------------------|----------------|---------------------|
| Brennwert               | 416 kJ/99 kcal | 2028 kJ/485 kcal    |
| Fett                    | 4,6 g          | 22,4 g              |
| – davon ges. Fettsäuren | 2,3 g          | 11,5 g              |
| Kohlenhydrate           | 6,7 g          | 32,9 g              |
| – davon Zucker          | 1 g            | 4,8 g               |
| Eiweiß                  | 7,5 g          | 36,5 g              |
| Salz                    | 0,33 g         | 1,6 g               |

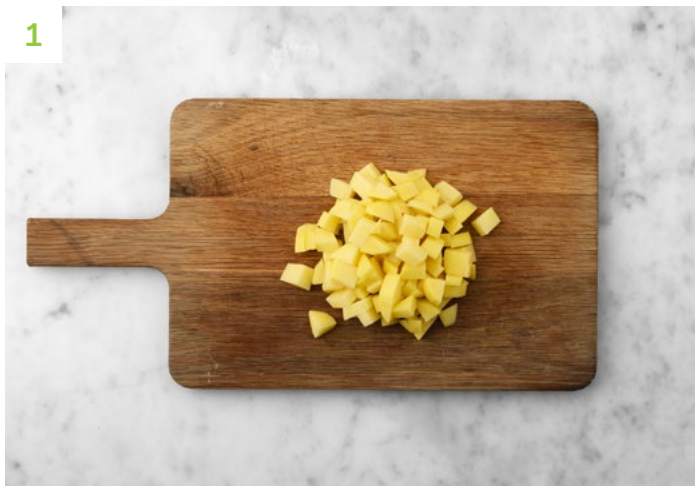
Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene: 7** Milch (einschließlich Laktose) **10** Sellerie

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

**Ursprungsländer: FR:** Frankreich **BE:** Belgien

1



2



3



## Kartoffeln kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

**Kartoffeln** schälen und in 3 cm Würfel schneiden.

In einen großen Topf mit Deckel reichlich heißes **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und einmal aufkochen lassen. **Kartoffeln** zugeben und 12 – 15 Min. weich garen.

## Hähnchen braten

**Babyspinat** grob hacken.

In einer großen Pfanne 1 EL **Öl\*** erhitzen.

**Hähnchengeschnetzeltes** darin 3 – 4 Min. rundherum goldbraun anbraten.

**Babyspinat**, **Kochsahne** (bis auf 1 EL), die Hälfte vom „**Hello Muskat**“ und 50 ml **Wasser\*** zugeben und 1 – 2 Min. einköcheln lassen, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

## Fertigstellen

**Kartoffeln** nach der Garzeit mithilfe des Deckels abgießen.

**Kartoffeln** in dem Topf mit 1 EL **Kochsahne**, restlichem „**Hello Muskat**“ und 1 EL **Butter\*** mithilfe eines Kartoffelstampfers zu einem **Stampf** verarbeiten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Hähnchenbrust** mit **Spinat-Sahnesoße** und **Kartoffelstampf** auf Teller verteilen.

**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>

