

# Wiener Würstchen-Paprika-Gulasch mit cheesy Kartoffelpüree

Family Thermomix kocht • 680 kcal • Tag 5 kochen



Wiener Würstchen



mehlilig. Kartoffeln



Paprika multicolor



Zwiebel



Schnittlauch



Thymian



Knoblauchzehe



Gewürzmischung  
„Hello Muskat“



Gewürzmischung  
„Hello Paprika“



Tomatenmark



mittelscharfer Senf



würziger Gouda, gerieben



- 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

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

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 großer Topf und 1 Kartoffelstampfer

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Wiener Würstchen	4	6	8
mehlig. Kartoffeln	400 g	600 g	750 g
Paprika multicolor <b>NL</b>   <b>ES</b>   <b>MA</b>   <b>BE</b>   <b>PL</b>	1	2	2
Zwiebel <b>DE</b>   <b>NL</b>   <b>EG</b>	1	1	2
Schnittlauch/Thymian	10 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Gewürzmischung „Hello Muskat“ <b>10</b>	10 g	15 g	20 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	4 g	4 g
Tomatenmark	35 g	52,5 g**	70 g
mittelscharfer Senf <b>9</b>	5 ml**	7,5 ml**	10 ml
würziger Gouda, gerieben <b>7</b>	50 g	75 g	100 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. 600 g)
Brennwert	472 kJ/113 kcal	2844 kJ/680 kcal
Fett	6,3 g	37,9 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	18,2 g
Kohlenhydrate	9 g	54,5 g
– davon Zucker	2,4 g	14,7 g
Eiweiß	4,7 g	28,2 g
Salz	0,97 g	5,86 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) **9**) Senf **10**) Sellerie

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **BE:** Belgien **PL:** Polen **EG:** Ägypten



## 1 Kartoffeln kochen

**Kartoffeln** schälen und vierteln.

In einen großen Topf reichlich **Wasser\*** füllen, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Salz\*** dazugeben und aufkochen lassen. **Kartoffeln** zugeben und 12 – 15 Min. garen, bis sie weich sind.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## 4 Gulasch fertigstellen

**Wiener Würstchen** in 2 cm Stücke schneiden.

**Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.

**Würstchen** und **Thymianzweige** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./98 °C/Reverse/Stufe 1** kochen.



## 2 Dünsten

**Paprika** halbieren, entkernen und in ca. 2 cm Stücke schneiden.

**Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen, **Zwiebel** halbieren.

**Zwiebel** und **Knoblauch** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [15 g | 20 g] **Öl\*** und **Paprika** zugeben und **4 Min./120 °C/Reverse/Stufe 1** dünsten.



## 5 Für das Püree

**Kartoffeln** nach der Garzeit durch den Varoma-Behälter abgießen, dabei 50 ml [75 ml | 100 ml] **Kochwasser** auffangen.

**Kartoffeln** zurück in den Topf geben, restliches „Hello Muskat“, **geriebenen Gouda**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter\*** und aufgefangenes **Kochwasser** dazugeben und mithilfe eines Kartoffelstampfers zu einem **Püree** stampfen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 3 Soße kochen

**Tomatenmark**, „Hello Paprika“, die Hälfte vom „Hello Muskat“ und die Hälfte [drei Viertel | alles] vom **Senf** zugeben und **1 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** vermischen.

200 g [300 g | 400 g] **Wasser\*** zugeben und **7 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** kochen.

Währenddessen fortfahren.



## 6 Anrichten

**Thymian** aus dem **Gulasch** entfernen und **Gulasch** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Würstchen-Gulasch** und käsiges **Kartoffelpüree** auf tiefe Teller verteilen. Mit **Schnittlauch** garnieren.

**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>

