

Boulette mit Apfel-Speck-Soße dazu cremiger Kartoffelstampf

Family 30 – 40 Minuten • 1031 kcal • Tag 2 kochen



gemischte
Hackfleischzubereitung



mehlig. Kartoffeln



Bacon (Streifen)



Apfel



Petersilie, glatt



Zwiebel



Gewürzmischung
„Hello Muskat“



Kochsahne

**FÜR DIE GANZE
FAMILIE**

In 25 Min. auf dem Tisch!



ZEIT SPAREN

Nächste Woche
im Menü:
**MUSCHELNUDEL-
BAR MIT KÄSE**



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

Los geht's

Wasche Obst und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

Kochutensilien

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

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g	375 g	500 g
mehlig. Kartoffeln	600 g	750 g	1000 g
Bacon (Streifen)	80 g	100 g	160 g
Apfel DE NL IT	1	1,5**	2
Petersilie, glatt	10 g	10 g	10 g
Zwiebel DE NL EG	1	1,5**	2
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10	5 g	7,5 g**	10 g
Kochsahne 7	150 g	225 g**	300 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. 760 g)
Brennwert	569 kJ/136 kcal	4313 kJ/1031 kcal
Fett	7,6 g	57,9 g
– davon ges. Fettsäuren	3,5 g	26,7 g
Kohlenhydrate	10,5 g	79,7 g
– davon Zucker	2,8 g	21,4 g
Eiweiß	5,9 g	44,5 g
Salz	0,6 g	4,57 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!)

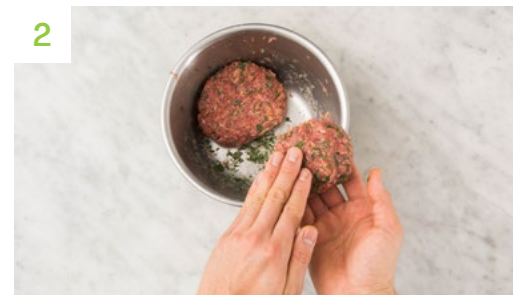
Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **IT:** Italien **EG:** Ägypten



Kartoffeln kochen

Kartoffeln schälen, in einen großen Topf mit kaltem Wasser* geben, **salzen*** und einmal aufkochen lassen.

Kartoffeln ca. 18 Min. abgedeckt köcheln lassen, bis sie weich sind.



Bouletten formen

Petersilienblätter fein hacken.

In einer großen Schüssel **Hackfleisch** mit **Salz*** und **Pfeffer*** mischen.

Das **Ei*** hineinschlagen und die Hälfte der gehackten **Petersilie** zugeben. Alles gut verkneten und 2 [3 | 4] **Bouletten** daraus formen.

Tipp: Durch das Ei wird die Boulette zarter, Du kannst es jedoch auch weglassen.



Soße vorbereiten

Zwiebel halbieren und in feine Streifen schneiden.

Apfel vierteln, entkernen und in kleine Stücke schneiden.



Bouletten braten

In einer großen Pfanne 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Bouletten, **Bacon** und **Zwiebelstreifen** zugeben und **Bouletten** je Seite ca. 5 Min. anbraten, bis sie innen nicht mehr rosa sind. **Zwiebelstreifen** und **Bacon** zwischendurch rühren.

Bouletten nach der Garzeit aus der Pfanne nehmen und warmhalten.



Soße vollenden

Apfelspalten in die Pfanne geben und mit **Kochsahne** und 75 ml [100 ml | 150 ml] **Wasser*** ablöschen.

„**Hello Muskat**“ unterrühren, mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und **Soße** ca. 5 Min. einköcheln lassen.



Anrichten

Kartoffeln mithilfe des Deckels abgießen, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** zugeben und **Kartoffeln** mit einem Kartoffelstampfer zu **Stampf** verarbeiten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Kartoffelstampf und **Bouletten** auf Teller verteilen, mit **Apfel-Speck-Soße** begießen und mit restlicher **Petersilie** bestreuen.

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>

