

Mediterraner Ofenkartoffelsalat mit Caprese

dazu geröstete Zucchini und Basilikumdressing

Vegetarisch Thermomix hilft • 676 kcal • Tag 3 kochen

12



Mozzarella



vorw. festk. Kartoffeln



Zucchini



Tomate (Roma)



Blattsalatmischung



rote Zwiebel



Basilikumpaste



Basilikum



Gewürzmischung „Hello Paprika“



Blütenhonig



- 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

Salz*, Olivenöl*, Pfeffer*, Balsamicoessig*, Wasser*, Öl*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Mozzarella 7)	125 g	187,5 g**	250 g
vorw. festk. Kartoffeln	600 g	750 g	1200 g
Zucchini DE NL ES MA	2	2	3
Tomate (Roma) NL MA ES	2	3	4
Blattsalatsmischung	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	24 ml
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Blütenhonig	8 g	0 g	15 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. 750 g)
Brennwert	376 kJ/90 kcal	2827 kJ/676 kcal
Fett	3,7 g	27,7 g
– davon ges. Fettsäuren	1,3 g	10 g
Kohlenhydrate	8,5 g	63,9 g
– davon Zucker	2,4 g	17,9 g
Eiweiß	3,4 g	25,8 g
Salz	0,16 g	1,22 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)

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **EG:** Ägypten



Kleine Vorbereitung

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

Gewaschene **Kartoffeln** vierteln.

Zwiebel halbieren, abziehen und in 1 cm Spalten schneiden.

Zucchini halbieren und in 1 cm Halbmonde schneiden.

Geschnittenes **Gemüse** in eine große Schüssel geben und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, „Hello Paprika“ und etwas **Salz*** und **Pfeffer*** marinieren.



Gemüse backen

Mariniertes **Gemüse** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech verteilen und im Ofen für 20 – 25 Min. goldbraun backen.

Die Schüssel benötigst Du gleich wieder.

Währenddessen fortfahren.



Für das Caprese

Mozzarella halbieren und in Scheiben schneiden.

Tomaten und **Mozzarella** in die Schüssel aus Schritt 2 geben. **Basilikum-Paste** hinzufügen und vorsichtig vermengen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



Für das Dressing

Basilikum in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Etwas für die Deko beiseitestellen, restlichen **Basilikum** mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [15 g | 20 g] **Olivenöl***, 10 g [15 g | 20 g] **Wasser***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Balsamicoessig*** und **Honig** in den Mixtopf zugeben und **15 Sek./Stufe 3** vermischen.

Dressing mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Salat marinieren

Salatmischung in die große Schüssel geben.

Dressing aus dem Mixtopf zugeben und den **Salat** marinieren.



Anrichten

Marinierten **Salat** mittig auf die Teller geben.

Gebackenes **Gemüse** rundherum anrichten, marinierten **Mozzarella** und **Tomaten** auf den **Salat** geben und mit restlichem **Basilikum** 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>

