

# Käsige Hackbällchen mit Rahmchampignons dazu Konfetti-Stampf

Family 30 – 40 Minuten • 882 kcal • Tag 2 kochen

35



gemischte  
Hackfleischzubereitung



vorw. festk. Kartoffeln



Champignons



Karotte



Zwiebel



Frühlingszwiebel



Kochsahne



Panko-Mehl



Gewürzmischung  
„Hello Paprika“



junger Gouda, gerieben



- 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
gemischte Hackfleischzubereitung	250 g	375 g	500 g
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	750 g
Champignons	125 g	200 g	300 g
Karotte <b>DE   NL   ES   IL</b>	1	2	2
Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1	2
Frühlingszwiebel <b>DE   NL   MA   EG</b>	1	1	2
Kochsahne <b>7</b>	150 g	225 g**	300 g
Panko-Mehl <b>15</b>	25 g	37,5 g**	50 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	2 g	4 g
junger 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. 630 g)
Brennwert	589 kJ/141 kcal	3689 kJ/882 kcal
Fett	8,2 g	51,3 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	25,3 g
Kohlenhydrate	8,9 g	55,9 g
– davon Zucker	2,1 g	12,9 g
Eiweiß	6 g	37,8 g
Salz	0,48 g	3,02 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 **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **IL:** Israel **MA:** Marokko **EG:** Ägypten



## 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.



## Hackbällchen anbraten

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



## 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.



## 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.

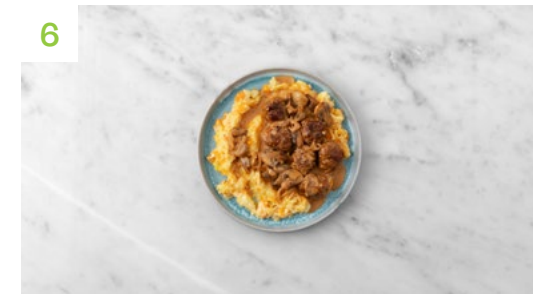
**Hackbällchen** in die **Soße** geben, Hitze reduzieren und alles abgedeckt 5 – 8 Min. gar ziehen lassen.

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



## 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.



## 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!**