



CARPACCIO MIT ROTER BETE,

Meerrettichfrischkäse, Rucola und Granatapfelkernen



Frischkäse



Rucola



Granatapfel



Balsamicocreme



Zitrone



Handschuhe



vorgegarte Rote Bete



mittelscharfer Senf



Schalotte



Meerrettich



Pinienkerne



Honig

20 - 30 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Veggie



Wasche das **Gemüse** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 Gemüsereibe**, **2 kleine Schüsseln**, **1 große Schüssel** und **1 große Pfanne**.



1 DRESSING VORBEREITEN

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden.

Zitrone heiß abwaschen, Schale der **Zitrone** abreiben und in Spalten schneiden.

In einer großen Schüssel aus 2 EL [4 EL – 8 EL] **Öl***, **Saft** von 1 [2 – 4] **Zitronenspalten**, **Senf**, **Honig**, **Salz*** und **Pfeffer*** ein **Dressing** anrühren. **Schalottenwürfel** dazugeben und ziehen lassen.



4 PINIENKERNE RÖSTEN

In einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett **Pinienkerne** 1 – 2 Min rösten, bis sie fein duften. **TIPP:** *Bleib dabei, wenn Du die Pinienkerne röstest, sie sehr schnell verbrennen können.*



2 FRISCHKÄSE ANRÜHREN

Meerrettich schälen und fein reiben. In einer kleinen Schüssel **Frischkäse**, geriebenen **Meerrettich** nach Geschmack, **Salz*** und **Pfeffer*** verrühren. **TIPP:** *Meerrettich ist scharf. Taste Dich langsam heran. Wir empfehlen 1 TL je 2 Personen.*



5 ROTE BETE SCHNEIDEN

Rucola mit dem **Dressing** marinieren. **Rote Bete** in dünne Scheiben schneiden und kreisförmig auf Tellern anrichten. **TIPP:** *Wir haben Dir Haushaltshandschuhe mitgeliefert, damit Deine Hände nicht verfärben.*



3 GRANATAPFEL VORBEREITEN

Den **Granatapfel** mit einer Messerspitze rundherum einritzen, vorsichtig halbieren und **Kerne** über einer kleinen Schüssel mithilfe eines Löffels herausklopfen.



6 ANRICHTEN

Balsamicocreme über die **Rote Bete** träufeln. **Zitronenabrieb** und nach Geschmack geriebenen **Meerrettich** (**Achtung: scharf!**) darüberstreuen. Marinierten **Rucola** mittig verteilen. Mit **Frischkäsenocken**, **Pinienkernen** und **Granatapfelkernen** toppen. Mit restlichen **Zitronenspalten** genießen.

2-8 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P	6P	8P
Schalotte DE	1	2	3	4
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	20 ml	30 ml	40 ml
Honig	8 g	20 g	28 g	40 g
Meerrettich	½	1	1½	2
Frischkäse 5)	50 g	100 g	150 g	200 g
Granatapfel TR	¼	½	¾	1
Pinienkerne	5 g	10 g	15 g	20 g
Rucola	50 g	100 g	150 g	200 g
vorgearbeitete Rote Bete	250 g	500 g	750 g	1.000 g
Balsamicocreme 1) 11)	12 ml	24 ml	36 ml	48 ml
Zitrone ES	1	1	2	2
Handschuhe	2	2	2	2
Öl* für Schritt 1	2 EL	4 EL	6 EL	8 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack			

* Gut, im Haus zu haben.

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	733 kJ/175 kcal	4.056 kJ/970 kcal
Fett	4,66 g	25,79 g
– davon ges. Fettsäuren	0,46 g	2,56 g
Kohlenhydrate	11,03 g	60,99 g
– davon Zucker	9,46 g	52,29 g
Eiweiß	1,92 g	10,60 g
Salz	0,168 g	0,929 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

1) Glutenhaltiges Getreide 4) Senf 5) Milch 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien TR: Türkei

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellowfresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellowfresh.at

2019 | XMAS | Vorspeise

Guten Appetit!

