



LAUGEN-BÄRLAUCH-KNÖDEL AUS DEM OFEN, dazu cremiger Porree-Rahm und Hirtenkäse

SPECIAL



Laugenstangen



Porree



Gewürzmischung
„Hähncheneintopf“



Sahne



Bärlauch



Hirtenkäse



Vollmilch

20 [25|25] Min.

35 [40|45] Min.

Stufe 3

Thermomix kocht

Mit unserem heutigen Special-Gericht wird der Bärlauch zum Star auf Deinem Teller! Noch dazu gibt es heute eines der wohl besten vegetarischen Gerichte überhaupt: Leckere Laugenknödel mit frühlingfrischem Bärlauch und Hirtenkäse, dazu einen unglaublich cremigen Porree-Rahm. Die Knödel selbst zuzubereiten ist dabei absolut einfach und mit unserer Anleitung wirklich gelingsicher. Dann heißt es bloß noch etwas schnippeln – und schon kannst Du genießen!

thermomix

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
 Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.
 Neben dem **Thermomix*** benötigst Du **1 große Schüssel**, **1 kleine Schüssel** und **1 Auflaufform**.



1 BÄRLAUCH ZERKLEINERN
Bärlauch mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
Vollmilch (siehe **Zutatentabelle**) in den Mixtopf zugeben und **3 Min./40 °C/Stufe 1,5** erwärmen.
 Währenddessen die **Laugenstangen** schneiden.



2 KNÖDELTEIG ZUBEREITEN
Laugenstangen in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. **Gewürzmischung**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, mit warmer **Bärlauchmilch** übergießen, vermengen und quellen lassen.
 In dieser Zeit **Porreestangen** in feine Ringe schneiden.
★ TIPP: *Porree längs einschneiden und unter fließendem Wasser abspülen. So entfernst Du den Sand am besten.*



3 KNÖDEL BACKEN
 Eine Auflaufform leicht einfetten.
 Mit den Händen **Hirtenkäse** unter die **Laugenmasse** mischen.
 Mit feuchten Händen 6 [9 | 12] **Knödel** formen, in die Auflaufform geben und ca. 15 Min. im Backofen backen.
 Währenddessen **Rahmgemüse** zubereiten.



4 PORREE DÜNSTEN
Butter* und **Porreeringe** in den Mixtopf geben und **6 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten.



5 RAHMGEMÜSE KOCHEN
Sahne, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **11 Min./98 °C/☞/Stufe 1** kochen.
Rahmgemüse mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 ANRICHTEN
Laugenknödel aus dem Backofen nehmen und kurz abkühlen lassen.
Rahmgemüse auf Teller verteilen, je 3 **Knödel** darauf anrichten und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Bärlauch	10 g	10 g	10 g
Vollmilch 5)	250 ml	420 ml	500 ml
Laugenstangen 1)	270 g	400 g	540 g
Gewürzmischung „Hähncheneintopf“	3 g	4 g	5 g
Porree NL	2	3	4
Hirtenkäse 5)	100 g	100 g	150 g
Kochsahne 5)	200 g	200 g	400 g
Butter* 5) für Schritt 4	10 g	15 g	20 g
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.
 ! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix* anpasst.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	501 kJ/120 kcal	3.261 kJ/780 kcal
Fett	6 g	39 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	18 g
Kohlenhydrate	12 g	76 g
- davon Zucker	3 g	19 g
Eiweiß	4 g	29 g
Ballaststoffe	1 g	5 g
Salz	1 g	2 g

ALLERGENE
 1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch
 (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER
 NL: Niederlande

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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

GUTEN APPETIT!