



DÖNER: OFENGEMÜSE IM FLADENBROT,

dazu eine Extraportion Hähnchenbrust



EXTRA LECKERBISEN

Hähnchenbrust



Fladenbrot



Pflücksalat



rote Spitzpaprika



Joghurt



Knoblauchzehe



Hirtenkäse



Tomate



Gurke



Zucchini



rote Zwiebel



Tomatenmark



Dill/Petersilie



Hähnchenbrust



Gewürzmischung

45 Minuten Stufe 2

Tag 1-3 kochen

Hello Extra! Dein Döner mit Ofengemüse erfährt heute ein Upgrade durch lecker marinierte, dünn aufgeschnittene Hähnchenbrust. So verwöhnst Du Dich und erlebst ein richtiges Fest der Sinne, sobald Du herzhaft hineinbeißt! Unsere Dönervariante holt Dir außerdem noch einmal den Sommer auf den Tisch und verwöhnt Dich durch eine würzige Hirtenkäse-Tomaten-Crème und einen leichten Joghurdip. Lass es Dir schmecken!

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** ab.
Zum Kochen benötigst Du eine **Knoblauchpresse**, **3 kleine Schüsseln**, eine **Auflaufform**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



1 FÜR DAS OFENGEMÜSE

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

Zucchini in ca. 1,5 cm große Stücke schneiden. **Rote Zwiebel** abziehen und achteln. **Rote Spitzpaprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in mundgerechte Stücke schneiden.

Gemüse in eine Auflaufform geben, die **Hälfte** des **Hirtenkäses** darüberstreuen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Gemüse** im Backofen ca. 20 Min. garen.



4 TOMATENCRÈME VORBEREITEN

Den restlichen **Hirtenkäse** in einer weiteren kleinen Schüssel mit einer Gabel zerdrücken.

Tomatenmark zugeben und vermengen.

Mit dem restlichen **Joghurt** zu einer glatten **Crème** verrühren. Ebenfalls würzen.

GEMÜSE SCHNEIDEN

Gurke und **Tomate** in dünne Scheiben schneiden.



2 HÄHNCHEN VORBEREITEN

In einer kleinen Schüssel **Gewürzmischung** und 2 EL [3 EL | 4 EL] **Joghurt** vermengen und **Hähnchenbrust** darin marinieren.

Hähnchenbrust auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und für ca. 15 Min. mit in den Ofen geben.

★ **TIPP:** Die Backzeit kann je nach Backofen variieren. Prüfe, ob das Fleisch im Inneren gar ist.



5 ZUM SCHLUSS

In den letzten 10 Min. der Garzeit des Ofengemüses **Fladenbrot** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im Backofen aufwärmen.

Gebackene **Hähnchenbrust** in dünne Scheiben schneiden.



3 JOGHURTDIP VORBEREITEN

Knoblauch abziehen und in eine kleine Schüssel pressen. **Dill** und **Petersilie** fein hacken.

Zusammen mit der **Hälfte** des restlichen **Joghurts** in der Schüssel glatt rühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 FLADENBROT FÜLLEN

Fladenbrot vierteln, aufschneiden, nach Belieben mit der **Tomaten-Hirtenkäse-Crème** und dem **Joghurtdip** bestreichen.

Mit **Pflücksalat**, **Tomaten-** und **Gurkenscheiben** belegen und zum Schluss **Ofengemüse** und **Hähnchenbrustscheiben** dazugeben.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini BE ES	1	1 (groß)	2
rote Zwiebel DE	1	1	2
rote Spitzpaprika NL ES	1	1	2
Hirtenkäse 5)	150 g	200 g	300 g
Gewürzmischung "Zauberstaub"	4 g	6 g	8 g
Hähnchenbrustfilet	280 g	420 g	560 g
Knoblauchzehe ES	1	1	1
Dill/Petersilie	10 g	10 g	10 g
Joghurt (3,5 % Fett) 5)	150 g	225 g	300 g
Tomatenmark	70 g	70 g	70 g
Gurke BE ES NL	1 (klein)	1	1
Tomate NL ES	1	1	2
Fladenbrot 1) 8)	1	2 (klein/groß)	2
Pflücksalat	50 g	75 g	100 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.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 900 g)
Brennwert	482 kJ/115 kcal	4374 kJ/1046 kcal
Fett	4 g	34 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	14 g
Kohlenhydrate	13 g	116 g
- davon Zucker	3 g	24 g
Eiweiß	7 g	66 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	0 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen **5)** Milch **8)** Sesam

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

URSPRUNGSLÄNDER

BE: Belgien, **DE:** Deutschland, **ES:** Spanien, **NL:** Niederlande

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellowfresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellowfresh.at

Guten Appetit!