



HIRTENKÄSE MIT EXTRA FLEISCHBÄLLCHEN, dazu Knoblauch-Fladenbrot und ein frischer Salat



EXTRA LECKERBISSEN

FLEISCHBÄLLCHEN



Hirtenkäse



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Mini-Fladenbrot



Frühlingszwiebel



Tomaten



Kalamata-Oliven
(mit Stein)



Balsamicoreme



Rucola



türkische
Gewürzmischung



rote Spitzpaprika



gemischtes Hackfleisch



Semmelbrösel



gerebelter Oregano



Tomatenmark

- 15 [20 | 20] Min.
- 30 [35 | 35] Min.
- Stufe 1
- Thermomix hilft
- Tag 1 - 2 kochen

Extra Leckerbissen! Dein griechischer Hirtenkäse erfährt heute ein Upgrade durch saftig-würzige Fleischbällchen. So verwöhnst Du Dich ganz besonders nach einem langen Arbeitstag. Was dann schlussendlich auf dem Tisch steht, ist bekannt in der griechischen Küche: gebackener Schafskäse mit Tomaten-Zwiebel-Gemüse. Dazu gibt es ein warmes, knuspriges Knoblauch-Fladenbrot und einen frischen Salat. Guten Appetit!



LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab.
 Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.
 Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Auflaufform**, **2 große Schüsseln** und **1 Backblech** mit **Backpapier**.



1 HIRTENKÄSE MARINIEREN

Hirtenkäse in eine Auflaufform legen. **Knoblauch** abziehen, halbieren und die **Hälfte** davon in den Mixtopf geben. **3 Sek./ Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 30 g [40 g | 50 g] **Oliveöl***, **Gewürzmischung** und **Pfeffer*** zugeben und **5 Sek./Stufe 3** mischen. **Knoblauch-Gewürz-Öl** über den **Hirtenkäse** gießen. **Kalamata-Oliven** entsteinen.
★ TIPP: *Drücke fest mit einem Tassenboden auf je eine Olive, so kannst Du den Kern leicht entfernen.*



4 SALAT ZUBEREITEN

Paprikastreifen und **Zwiebelspalten** auf dem Varoma-Einlegeboden verteilen und **salzen*** und **pfeffern***. V-Einlegeboden in den V-Behälter einsetzen und Varoma verschließen. 350 g **Wasser*** in den Mixtopf geben. Varoma aufsetzen und **10 Min./ Varoma/Stufe 1** garen.

Währenddessen grünen Teil der **Frühlingszwiebel** in dünne Ringe schneiden und das **Brot** zubereiten.



2 FÜR DIE HACKBÄLLCHEN

Hackfleisch, **Semmelbrösel**, **Tomatenmark**, **Oregano**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben, **50 Sek./↻/Stufe 5** mischen und in eine Schüssel umfüllen. 12 [18 | 24] kleine Hackbällchen formen und um den **Hirtenkäse** verteilen. Weißen Teil der **Frühlingszwiebel** in 2 cm lange Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **5 Sek./ Stufe 5** zerkleinern. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen, **Tomaten** in den Mixtopf zugeben, **salzen*** und **pfeffern*** und **5 Sek./Stufe 4** zerkleinern.



5 FÜR BROT & SALAT

Mini-Fladenbrot in 2 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Oliveöl*** darüberträufeln und mit etwas **Salz*** bestreuen. **Brot**scheiben mit in den Backofen geben und für ca. 5 Min. knusprig aufbacken. Danach aus dem Backofen nehmen und mit restlichem **Knoblauch** einreiben. Varoma abnehmen, **Paprika** und **Zwiebel** in eine große Schüssel geben, **Balsamicocreme** und 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Oliveöl*** zugeben und mischen.



3 FÜR DAS GEMÜSE

Zerkleinerte **Tomaten** über die **Fleischbällchen** in die Auflaufform geben. **Oliven** halbieren und dazwischenstecken. Auflauf für 20 – 25 Min. im Ofen backen, bis die **Fleischbällchen** innen gar und die **Tomaten** sehr weich sind. Währenddessen Mixtopf spülen und fortfahren. **Rote Zwiebel** abziehen, halbieren und in Spalten schneiden. **Spitzpaprika** halbieren, entkernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.



6 ANRICHTEN

Rucola direkt vor dem Servieren unter das **Gemüse** heben, mischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. Gebackenen **Hirtenkäse** mit **Tomaten** und **Hackbällchen** auf Teller verteilen. Mit **grünen Frühlingszwiebelringen** bestreuen und zusammen mit **Salat** und **Knoblauchbrot** genießen.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Hirtenkäse 5)	200 g	300 g	400 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
türkische Gewürzmischung	2 g	3 g	4 g
gemischtes Hackfleisch	300 g	450 g	600 g
Semmelbrösel	50 g	50 g	100 g
Tomatenmark	70 g	100 g	140 g
gerebelter Oregano	1 g	1½ g	2 g
rote Zwiebel DE	1	1	2
rote Spitzpaprika PL NL	1	2	2
Tomaten PL NL	3	4	6
Frühlingszwiebel DE IT	1	1	2
Kalamata-Oliven (mit Stein)	50 g	75 g	100 g
Balsamicocreme 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Rucola	50 g	75 g	100 g
Mini-Fladenbrot 1) 8)	1	2	2
Oliveöl* für Schritt 1	30 g	40 g	50 g
Wasser* für Schritt 4		350 g	
Oliveöl* für Schritt 5	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 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. 800 g)
Brennwert	796 kJ/190 kcal	6.312 kJ/1.509 kcal
Fett	10 g	80 g
- davon ges. Fettsäuren	4 g	28 g
Kohlenhydrate	15 g	120 g
- davon Zucker	3 g	22 g
Eiweiß	9 g	69 g
Salz	1 g	6 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 5) Milch 8) Sesamsamen
- 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland PL: Polen NL: Niederlande ES: Spanien IT: Italien



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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

Guten Appetit!