



# KRUSTENBRATEN MIT MALZBIERSOSSE, Knoblauch-Kartoffel-Stampf und Bohnen im Speckmantel

## MEISTER STÜCK



Bacon (Scheiben)



Zwiebel



Balsamicreme



Maisstärke



Malzbier (Karamalz)



Buschbohnen



Gemüsebrühe



Kartoffeln



Knoblauchzehen



Milch



Pflaumenmus



Schweinekrustenbraten



Butter

90-100 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 3

Tag 1-5 kochen

Wasche das **Gemüseab** und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Zum Kochen benötigst Du **2 große Pfannen**, **1 Knoblauchpresse**, **1 Auflaufform** und **2 große Töpfe**.



## 1 FLEISCH VORBEREITEN

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

**Zwiebel** abziehen und in feine Streifen schneiden. Mit 200 ml [300 ml | 400 ml] heißem **Wasser\*** und der mitgelieferten **Gemüsebrühe** eine **Brühe** vorbereiten.

In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen, die  **Hälfte** der **Zwiebelstreifen** darin ca. 2 Min. anbraten. **Brühe** zugeben und **Braten** mit der Schwarte nach unten ca. 15 Min. bei wenig Hitze köcheln lassen. **Braten** herausnehmen und Schwarte quer und längs einschneiden, sodass ein Schachbrettmuster entsteht.



## 4 FÜR DIE BOHNEN

Enden der **Bohnen** abschneiden. Einen weiteren großen Topf mit kochendem Wasser füllen, **salzen\*** und einmal aufkochen lassen. **Bohnen** zugeben und 10 – 12 Min. bissfest köcheln lassen. Anschließend **Bohnen** abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken, bis die **Bohnen** kalt sind. Dann **Bohnen** auf die **Baconscheiben** verteilen und einwickeln.  
**★ TIPP:** Am besten die Bohnen in einer Schüssel mit salzigem Eiswasser abschrecken.



## 2 FLEISCH BRATEN

**Schweinebraten** rundherum **salzen\*** und **pfeffern\*** und mit der Schwarte nach oben in eine Auflaufform geben.

**Schweinebraten** für 30 Min. im Backofen backen, dann **Malzbier** zugeben und weitere 20 Min. [25 Min. | 30 Min.] backen. Hitze auf 200 °C reduzieren und weitere 30 Min. backen, bis die Schwarte knusprig ist und das **Fleisch** leicht rosa ist.



## 5 FÜR DIE SOSSE

In der großen Pfanne aus Schritt 1 mit dem **Baconfett** restliche **Zwiebeln** 3 – 4 Min. glasig anbraten. Mit **Balsamicocreme** ablöschen. Vorsichtig **Brühe** aus der Auflaufform in die Pfanne geben, **Pflaumenmus** unterrühren, 5 Min. köcheln lassen. **Soße** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Stärke** in 1 EL [1½ EL | 2 EL] kaltem **Wasser\*** auflösen, zur **Soße** geben und ca. 2 – 3 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** andickt.



## 3 PÜREE ZUBEREITEN

**Kartoffeln** schälen, halbieren und in einen großen Topf mit kaltem, gesalzenem Wasser geben. **Kartoffeln** zum Kochen bringen und 15 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen. **Knoblauch** abziehen.

**Kartoffeln** nach der Garzeit abgießen, **Knoblauch** dazupressen, 100 ml [150 ml | 200 ml] **Milch** und **Butter** zugeben und alles zu einem **Stampf** verarbeiten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken und warm halten.



## 6 ANRICHTEN

In einer kalten großen Pfanne ohne Zugabe von Fett **Baconbohnen** mit der Naht nach unten rundherum 5 – 8 Min. anbraten, bis der **Bacon** knusprig ist. **Stampf** und **Bohnen** auf Teller verteilen, **Krustenbraten** dazu anrichten und mit der **Malzbiersoße** genießen.

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Bacon (Scheiben)	80 g	120 g	160 g
Zwiebel DE	1	2	2
Balsamicocreme 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Maisstärke	4 g	6 g	8 g
Malzbier (Karamalz) 1)	150 ml	330 ml	330 ml
Buschbohnen DE	150 g	200 g	300 g
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
Kartoffeln	600 g	900 g	1.200 g
Knoblauchzehen ES	2	4	6
Milch 5)	100 ml	150 ml	200 ml
Pflaumenmus	20 g	40 g	40 g
Schweinekrustenbraten	600 g	750 g	1.000 g
Butter 5)	10 g	20 g	20 g
heißes Wasser* für Schritt 1	200 ml	300 ml	400 ml
Öl* für Schritt 1	1 EL	1½ EL	2 EL
Wasser* für Schritt 5	1 EL	1½ EL	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.

## DURCHSCHNITTICHE NÄHRWERTE PRO

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	PORTION (ca. 1.100 g)
Brennwert	433 kJ/104 kcal	4.810 kJ/1.150 kcal
Fett	6 g	71 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	26 g
Kohlenhydrate	8 g	85 g
- davon Zucker	2 g	28 g
Eiweiß	6 g	65 g
Salz	1 g	1 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 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

## URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien



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!