

Nürnberger Würstchen in brauner Zwiebelsoße dazu Karotten-Bohnen-Gemüse und Ofenkartoffeln

Family 40 – 50 Minuten • 3456 kJ/826 kcal • Tag 5 kochen



Nürnberger Würstchen



Zwiebel



vorw. festk. Kartoffeln



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



Butter



Balsamico-Crème



Rinderbrühe, klar



Maisstärke



Petersilie glatt



Schnittlauch



Buschbohnen



Karotte



Haselnüsse



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Wasser*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 großen Topf, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, 1 Sieb und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Nürnberger Würstchen	200 g	300 g	400 g
Zwiebel DE NL NZ	1	1	2
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Butter 7)	20 g	30 g	40 g
Balsamico-Crème 14)	12 ml	18 ml	24 ml
Rinderbrühe, klar	6 ml	8 ml	12 ml
Maisstärke	4 g	6 g	8 g
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Buschbohnen	150 g	200 g	300 g
Karotte DE NL ES IL	2	3	4
Haselnüsse 23)	10 g	20 g	20 g
Öl*, Wasser*	Angaben im Text		
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. 700 g)
Brennwert	494 kJ/118 kcal	3456 kJ/826 kcal
Fett	8,18 g	57,20 g
– davon ges. Fettsäuren	2,73 g	19,11 g
Kohlenhydrate	7,60 g	53,13 g
– davon Zucker	2,01 g	14,04 g
Eiweiß	3,31 g	23,17 g
Salz	0,586 g	4,093 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: 7) Milch (einschließlich Laktose)

14) Schwefeldioxid und Sulfite **23)** Haselnüsse

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **IL:** Israel **NZ:** Neuseeland



Für die Kartoffeln

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

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

Kartoffeln schälen und in 0,5 cm dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in 0,5 cm dicke Streifen schneiden.

In einer großen Schüssel **Kartoffelscheiben**, **Zwiebelstreifen**, **Gewürzmischung** „Hello Paprika“, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** gut vermengen. **Kartoffeln** und **Zwiebelstreifen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und 25 – 30 Min. backen, bis die **Kartoffeln** innen weich und außen gebräunt sind.



Gemüse abschmecken

Blätter der **Petersilie** abzupfen und fein hacken.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Nach dem Ende der Kochzeit **Gemüse** durch ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben.

Butter und gehackte **Kräuter** hinzufügen, **Butter** schmelzen lassen, umrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Haselnusskerne grob hacken.



Für die Karotten

Einen großen Topf mit reichlich heißem **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

Karotten schälen, Enden abschneiden und **Karotten** längs vierteln. **Karottenviertel** in ca. 5 cm lange Stifte schneiden.

Enden der **Buschbohnen** entfernen und **Buschbohnen** quer halbieren.

Karottenstifte und **Bohnen** im kochenden **Wasser** für ca. 8 Min. bissfest kochen.

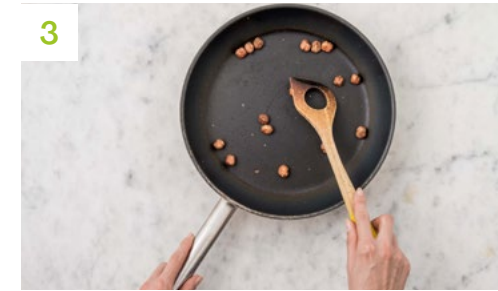


Für die Soße

In derselben Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und **Nürnberger Würstchen** rundherum für 5 – 6 Min. goldbraun anbraten.

Würstchen herausnehmen, erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und **Zwiebelstreifen** darin 1 – 2 Min. lang anschwitzen.

Pfanne mit angerührter **Soße** ablöschen und für weitere 2 – 3 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** etwas eindickt. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

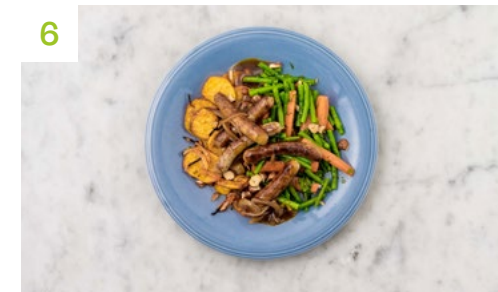


Haselnüsse rösten

In einem hohen Rührgefäß 200 ml [300 ml | 400 ml] **Wasser***, **Rinderbrühpulver**, **Stärke** und **Balsamico-Crème** verrühren.

Restliche **Zwiebel** in feine Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne **Haselnusskerne** so lange rösten, bis diese fein duften und aus der Pfanne nehmen.



Anrichten

Kartoffeln, **Gemüse**, **Würstchen** und **Soße** auf Tellern anrichten. **Gemüse** mit gehackten **Haselnüssen** toppen und genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

