



NÜRNBERGER WÜRSTCHEN

mit würzigem Gemüse und Gurkensalat

FAMILY HIGHLIGHT



rote Zwiebel



festk. Kartoffeln



Nürnberger Würstchen



rote Paprika



Porree



Petersilie



Majoran



Schmand



Gewürzmischung „Paprikagewürz“



Frühlingszwiebel



Gurke

Marcos Tipps für Kids



Mit Gewürzmischungen sparsam umgehen; kleine Kinder schmecken intensiver und können daher auf ein Zuviel empfindlich reagieren. Trotzdem: Auf Gewürze zu setzen ist wichtig, denn nur so kann sich bei den Kindern der Geschmack dafür entwickeln.



35 [35 | 40] Min. 40 [40 | 45] Min.

Stufe 1 Thermomix kocht

5 Tag 1 - 5 kochen



Wascht **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupft die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
Neben dem **Thermomix®** benötigt Ihr **1 große Schüssel** und **1 große Pfanne**.



1 KRÄUTERDIP ZUBEREITEN

Petersilie 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. **Schmand**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, **10 Sek./Stufe 3,5** mischen und in eine kleine Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen und trocknen.



4 FÜR DEN GURKENSALAT

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. **Gurke** in sehr feine Scheiben schneiden. **Gurkenscheiben** und **Frühlingszwiebelringe** in einer großen Schüssel zusammen mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Kräuterschmand** vermengen. **Gurkensalat** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und beiseitestellen und mit der Zubereitung fortfahren.



2 VORGAREN

Rühraufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitze frei bleiben. **Kartoffeln** schälen, in ca. 1,5 cm große Stücke schneiden, in den Varoma-Behälter geben und diesen verschließen. 450 g **Wasser*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **17 Min./Varoma/Stufe 1** vorgaren.

Währenddessen **Blätter vom Majoran** abzupfen, grob hacken und **Porree** und **Paprika** vorbereiten.



5 BRATEN

1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** in einer großen Pfanne erhitzen und **Nürnberger Würstchen** darin 5 – 6 Min. lang unter Wenden knusprig braun anbraten. **Würstchen** herausnehmen und kurz beiseitestellen. Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen und kurz den Dampf entweichen lassen. **Kartoffeln** und gegartes **Gemüse** in dieselbe große Pfanne geben, **Gewürzmischung** zugeben und ca. 1 – 2 Min. knusprig braten. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 GEMÜSE DAMPFGAREN

Porree in ca. 0,5 cm breite Ringe schneiden. **Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in mundgerechte Stücke schneiden. Varoma abnehmen und vorsichtig öffnen (**Achtung: heiß!**), **Kartoffeln** mischen, dabei den Rühraufsatz herausnehmen. **Porreeringe** und **Paprikawürfel** zugeben, Varoma wieder verschließen, aufsetzen und noch einmal **10 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen den **Gurkensalat** zubereiten.



6 ANRICHTEN

Würstchen, **Gemüse** und **Gurkensalat** auf Tellern anrichten. **Gemüse** mit einem Klecks **Kräuterschmand** toppen, nach Belieben mit gehacktem **Majoran** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
rote Zwiebel DE	1	2	2
festk. Kartoffeln	600 g	800 g	1.200 g
Porree DE	1	1	2
rote Paprika NL ES	1	1	2
Gewürzmischung „Paprikagewürz“	4 g	6 g	8 g
Petersilie glatt/Majoran	10 g	10 g	10 g
Frühlingszwiebel DE ES	1	2	2
Gurke ES	1	1½ ☞	2
Schmand 5)	150 g	225 g ☞	300 g
Nürnberger Würstchen	200 g	300 g	400 g
Wasser* für Schritt 2		450 g	
Öl* 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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 850 g)
Brennwert	460 kJ/110 kcal	3.868 kJ/925 kcal
Fett	6,50 g	54,65 g
– davon ges. Fettsäuren	1,99 g	16,75 g
Kohlenhydrate	7,71 g	64,79 g
– davon Zucker	2,21 g	18,54 g
Eiweiß	2,96 g	24,91 g
Salz	0,301 g	2,534 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

5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland NL: Niederlande ES: Spanien

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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