



Leichter kochen,
besser essen!



KW10 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [i](#) [p](#) 2016

hellofresh.de | kundenservice@hellofresh.de

Schön fruchtig: Kartoffel-Spinat-Auflauf mit Cranberrys und Radieschen-Apfel-Salat

Was wäre aus Popeye nur ohne Spinat geworden? Damit auch Du ausreichend Energie hast, liefert Dir dieses leckere Rezept alle wichtigen Komponenten! Kartoffeln, Spinat und Walnüsse versorgen Dich mit wichtigen Nährstoffen. Apfel und Cranberrys sorgen für die fruchtige Note. Guten Appetit!



45 min.



Stufe 2



Kartoffeln



Baby-Spinat



Pumpernickel



Schmand



Walnusskerne



Mozzarella



Radieschen



Apfel



Schnittlauch



Cranberrys

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Kartoffeln (Drillinge)	500 g	1000 g
Baby-Spinat	100 g	200 g
Pumpernickel 1)	50 g	100 g
Schmand 7)	150 g	300 g
Walnusskerne 8) 15)	20 g	40 g
Mozzarella 7)	125 g	250 g
Radieschen	100 g	200 g
Apfel	1	2
Schnittlauch	10 g	20 g
Cranberrys 15)	20 g	40 g

⊕ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene

1) Gluten **7)** Lactose

8) Schalenfrüchte

15) Kann Spuren von
Allergenen enthalten

Nährwerte pro Person

Kalorien: 786 kcal

Kohlenhydrate: 71 g

Fett: 44 g, Eiweiß: 25 g

Ballaststoffe: 9 g

Gut im Haus zu haben (bei 4 Personen Mengen verdoppeln)

Salz, Pfeffer, Olivenöl, Essig, Zucker

Was zum Kochen gebraucht wird

Backofen, großer Topf, Sieb, Rührgefäß, Stabmixer, Auflaufform, Gemüseriebe



1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. **Kartoffeln** gründlich waschen und der Länge nach halbieren. In einem großen Topf reichlich **Salzwasser** zum Kochen bringen, **Kartoffeln** darin 8–10 Min. bissfest kochen. **Baby-Spinat** in einem Sieb mit kaltem Wasser gründlich abwaschen und abtropfen lassen. Dann in eine große Schüssel geben.



2 **Pumpernickel** ein wenig klein schneiden. In einem hohen Rührgefäß **Pumpernickel**, **Schmand** und **Walnusskerne** mit einem Stabmixer fein pürieren und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



3 **Mozzarella** abgießen und klein schneiden. **Kartoffeln** nach der Garzeit in ein Sieb abgießen und mit dem **Spinat** in der Schüssel mischen. Beides in eine mit ein wenig **Olivenöl** ausgefettete Auflaufform umfüllen. **Mozzarella** darüber streuen. **Schmand-Masse** in kleinen Klecksen darauf verteilen, dann auf der mittleren Schiene im Ofen 8–10 Min. backen.



4 **Radieschen** waschen und grob raspeln. **Apfel** schälen, vierteln und Kerngehäuse entfernen, dann auch grob raspeln. In einer Schüssel 2 EL **Olivenöl**, 1 EL Wasser, 1 EL **Essig**, eine Prise **Zucker**, **Salz** und **Pfeffer** zu einem Dressing verrühren. **Radieschen** und **Apfel** zufügen und bis zum Anrichten ziehen lassen. **Schnittlauch** waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden.

5 **Kartoffel-Spinat-Auflauf** auf Tellern verteilen, **Cranberrys** und **Schnittlauch** darüber streuen und zusammen mit **Radieschen-Apfel-Salat** genießen!