



Leichter kochen,
besser essen!



5
KW47
2016



HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de | #hellofreshde

Spanisches Tomaten-Brot mit Chorizo, dazu Tomaten-Feldsalat

„Pan con tomate“ ist das traditionelle Brot mit Knoblauch und Tomaten aus Spanien. Bekannt ist es vor allem in Katalonien oder auf Mallorca. Dieses ist eine Hommage an unsere vielen spanischen HelloFresh-Kollegen! ¡que aproveche!



25 min.



Stufe 1

schnell, kalorienarm



Chorizo



Ciabatta-Brotchen



Tomate



Kirschtomate



Feldsalat



Ziegenkäse



Knoblauchzehe



Oregano

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Ciabatta-Brötchen 1)	2	4
Tomate [Ursprungsst. BEL]	1	2
Kirschtomaten	100 g	200 g
Knoblauchzehe [Ursprungsst. ESP]	1	2
Chorizo	50 g	100 g
Ziegenkäse 7)	125 g	250 g
gerebelter Oregano 15)	1 g	2 g
Feldsalat	100 g	200 g

⊕ Verwende die restliche Menge anderweitig.

Allergene

1) Gluten 7) Lactose 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

Durchschnittliche Nährwerte pro Portion

Kalorien: 586 kcal
Kohlenhydrate: 39 g
Fett: 37 g, Eiweiß: 25 g
Ballaststoffe: 1 g

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

Salz, Pfeffer, Olivenöl, (Weißwein-)Essig

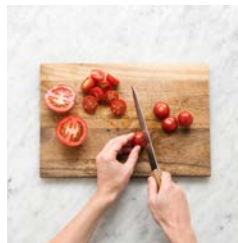
Was zum Kochen gebraucht wird

Backofen, Backpapier, Backblech, kleine Schüssel, große Schüssel



Vorbereitung: Gemüse waschen. Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vorheizen.

1 Ciabatta-Brötchen in je 4 Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 8 Min. aufbacken.



2 Tomate horizontal, Kirschtomaten längs halbieren. Knoblauch abziehen und der Länge nach halbieren. Chorizo in sehr dünne Scheiben schneiden.

3 Ziegenkäse halbieren; die Hälfte in einer kleinen Schüssel mit 1 TL Wasser, Oregano, etwas Salz und Pfeffer zu einer Creme verrühren.



4 Die Hälfte der Ciabatta-Brötchen-Scheiben kräftig mit Knoblauch einreiben. Dann mit den Tomatenhälften einreiben, bis nur noch die Schale übrig ist. Mit Salz und Pfeffer würzen, Chorizoscheiben darauf legen. Die andere Hälfte der Brötchenscheiben mit Ziegenkäse-Creme bestreichen.

5 In einer großen Schüssel 2 EL Olivenöl und 1 EL (Weißwein-)Essig verrühren, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Feldsalat und Kirschtomatenhälften hineingeben und vermengen. Den restlichen Ziegenkäse über den Salat bröseln.



6 Salat auf Teller verteilen, Tomaten-Chorizo-Brote und Ziegenkäse-Creme-Brote dazu anrichten und genießen.

TIPP: Für Unterwegs-Esser ist dieses Gericht übrigens genau das Richtige: Zusammengeklappt kannst Du das Tomaten-Brot in Deiner Lunch-Box einfach mitnehmen und am nächsten Tag genießen.