

Vegane Currywurst mit crispy Kartoffel-Chips

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Vegan **Klimaheld** Thermomix kocht • 830 kcal • Tag 5 kochen



vorw. festk. Kartoffeln



Gewürzmischung „Hello Patatas“



vegane Cervelat Bratwurst



rote Zwiebel



Gewürzmischung „Hello Curry“



Tomatenmark



Pflaumenmus



Ketchup



Gurke



Dill



veganes cremiges Sojaprodukt



Gemüsebrühe



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

thermomix

🕒 25 [30 | 35] Min.

🕒 40 [40 | 45] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Wasser*, Olivenöl*, Zucker*, Weißweinessig*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier,
1 große Schüssel und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	600 g	900 g	1200 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
vegane Cervelat Bratwurst	200 g	300 g	400 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Gewürzmischung „Hello Curry“	8 g	12 g	16 g
Tomatenmark	70 g	105 g**	140 g
Pflaumenmus	40 g	60 g	80 g
Ketchup 10	34 ml	51 ml	68 ml
Gurke NL ES	1	1	2
Dill	10 g	10 g	10 g
veganes cremiges Sojaprodukt 11	100 g	100 g	200 g
Gemüsebrühe 10	4 g	6 g	8 g
Öl*, Olivenöl*, Essig*, Zucker*, Wasser*, Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text 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. 820 g)
Brennwert	425 kJ/101 kcal	3473 kJ/830 kcal
Fett	5,39 g	44,10 g
– davon ges. Fettsäuren	0,56 g	4,55 g
Kohlenhydrate	10,00 g	81,80 g
– davon Zucker	3,54 g	28,96 g
Eiweiß	2,48 g	20,26 g
Salz	0,572 g	4,682 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: **10**) Sellerie **11**) Soja

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien



Für die Blechkartoffeln

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

Kartoffel in 0,5 cm dünne Scheiben schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. **Gewürzmischung „Hello Patatas“**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl*** und **Pfeffer*** dazugeben und alles gut vermengen.

Tipp: Falls die Blechkartoffeln besonders knusprig werden sollen, achte darauf, dass sie nicht überlappen.

Blechkartoffeln im Ofen für 30 – 35 Min. goldbraun und knusprig backen.

Währenddessen fortfahren.



Für den Gurkensalat

Enden der **Gurke** entfernen. **Gurke** in feine Scheiben schneiden oder hobeln und in die große Schüssel zum **Dressing** geben. Gut vermischen, ggf. nochmals mit **Salz***, **Pfeffer*** und **Zucker*** abschmecken und bis zum Anrichten marinieren lassen.



Dressing zubereiten

Dillfähnchen abzupfen, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Zwiebel abziehen und halbieren.

Die Hälfte der **Zwiebel**, veganes cremiges **Sojaprodukt**, 10 g [15 g | 20 g] **Olivenöl***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Essig***, **Salz***, **Pfeffer*** und eine Prise **Zucker*** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

Dressing in eine große Schüssel umfüllen.

Mixtopf spülen und trocknen.



Cervelatwurst anbraten

Vegane **Cervelatwurst** in 2 cm dicke Stücke schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und die vegane **Cervelatwurst** von jeder Schnittseite 2 – 3 Min. anbraten, bis sie auf beiden Seiten gebräunt ist.

Nach Ende der Kochzeit **Currysoße 10 Sek./Stufe 8** pürieren. Anschließend nach Belieben mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Für die Currysoße

Restliche **Zwiebel** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [15 g | 20 g] **Öl***, **Gewürzmischung „Hello Curry“** (ein paar Prisen zur Dekoration beiseitelegen) und **Tomatenmark** in den Mixtopf zugeben und **4 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

Gemüsebrühe, **Pflaumenmus**, **Ketchup** und 100 g [150 g | 200 g] **Wasser*** zugeben und **8 Min./95 °C/Stufe 1** kochen.

Währenddessen fortfahren.



Anrichten

Blechkartoffeln auf Tellern verteilen und den **Dill-Gurkensalat** daneben anrichten.

Currywurst daneben anrichten, die **Currysoße** darüber verteilen und nach Belieben mit dem restlichen „Hello Curry“ toppen.

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>

