

### Lauwarmer Portobello-Drillinge-Salat mit Hirtenkäse und Mangold





### **HELLO MANGOLD**

Auch wenn es zwei Sorten Mangold gibt, die recht unterschiedlich aussehen – der aromatische und knackige Stiel muss definitiv mitgegessen werden.







Kartoffeln (Drillinge)





rotstieliger Mangold

Zwiebel







Knoblauchzehe

Portobello-Pilze



Hartkäse ital. Art





glatte Petersilie

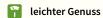
Balsamico-Essig





Stufe 2





Nicht nur im Sommer ein echter Hit! Verfeinert mit Mangold, Hirtenkäse und Apfel schmeckt dieser Klassiker auch an kalten Tagen besonders lecker. Stimme Dich schon einmal kulinarisch auf die warmen Sommertage ein. Lass Dir dieses schnelle und **ballaststoffreiche** Gericht schmecken.

## GEHT'S

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab. Zum Kochen benötigst Du außerdem 1 großen Topf, eine Gemüsereibe, 1 große Pfanne, 1 große Schüssel und ein Sieb.



TKARTOFFELN GAREN
Ungeschälte Kartoffeln je nach Größe
längs halbieren oder vierteln. In einen großen
Topf mit kaltem, gesalzenem Wasser geben
und einmal aufkochen lassen. Hitze reduzieren
und 10 – 12 Min. weitergaren.



2 IN DER ZWISCHENZEIT
Zwiebel und Knoblauch abziehen.
Zwiebel in feine Streifen schneiden.
Portobello-Pilze in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Apfel vierteln, Kerngehäuse entfernen und Apfelviertel in Spalten schneiden. Hartkäse reiben. Petersilie mit Stielen grob hacken.



Jeffer abschmecken und kurz aus der Pfanne nehmen.



APFELSPALTEN ANBRATEN
In derselben Pfanne 1 EL [2 EL] Butter,
Apfelspalten und 1 [2] Prise Zucker 3 – 4 Min
anbraten. Pilzgemüse wieder zufügen und
alles warmhalten.



SALAT ZUSAMMENSTELLEN
In einer großen Schüssel 1 EL [2 EL]
Olivenöl, Balsamico-Essig, 2 EL [4 EL] Wasser, etwas Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. Kartoffelhälften nach der Garzeit in ein Sieb abgießen und ebenfalls in die Schüssel geben. Pilz-Apfel-Gemüse, ½ der gehackten Petersilie, Mangold und geriebenen Hartkäse zufügen. Hirtenkäse dazubröseln und alles gut vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**ZUM SCHLUSS**Portobello-Drillinge-Salat auf Teller verteilen, mit restlicher Petersilie bestreuen und genießen.

**Guten Appetit!** 

# ZUTATEN

	2P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	800 g
Zwiebel	1	2
Knoblauchzehe	1	2
Portobello-Pilze	300 g	600 g
Apfel (xxx)	1	2
Hartkäse ital. Art 3) 7)	20 g	40 g
glatte Petersilie	10 g	20 g
Balsamico-Essig 1) 12)	6 ml	12 ml
rotstieliger Mangold	100 g	200 g
Hirtenkäse 7)	150 g	300 g

(Oliven-)Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*, Butter\* 7), Zucker\*

Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	388 kJ/93 kcal	2517 kJ/602 kcal
Fett	5 g	32 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	17 g
Kohlenhydrate	9 g	53 g
- davon Zucker	3 g	19 g
Eiweiß	5 g	27 g
Ballaststoffe	2 g	11 g
Salz	1 g	3 g

#### LIEDGENE

1) Weizen 3) Ei 7) Milch 12) Schwefeldioxid und Sulfite

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

### URSPRUNGSLÄNDER

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) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

**●** † HelloFRESH