



Leichter kochen,  
besser essen!



HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de



KW42 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [v](#) [p](#)  
2015

## Caprese-Gemüse-Burger mit selbstgemachter Olivenpaste und knusprigen Pommes

Das Geheimnis dieses Burgers ist die selbstgemachte Olivenpaste, die Dir echtes Urlaubsfeeling ins Haus holt. Und vielleicht kannst Du beim Essen auch den Sonnenuntergang genießen, für das Capri-Feeling (ob mit oder ohne Meer). Buon appetito!



40 min.



Stufe 2



Paprika-Antipasti



Kartoffeln



Parmesan



Zitrone



Oliven



Knoblauch



Basilikum



Mandeln



Rote Zwiebel



Champignons



Zucchini



Brötchen



Mozzarella

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Paprika-Antipasti 15)	50 g	100 g
Kartoffeln	500 g	1000 g
Parmesan, Mandeln 7) 8) 15)	20 g	40 g
Zitrone ☼	1/2	1
Oliven, schwarz, ohne Stein 15)	50 g	100 g
Knoblauch ☼	1/8	1/4
Basilikum	5 g	10 g
Zwiebel, rot	1	2
Champignons	150 g	300 g
Zucchini, Mozzarella 7)	1	2
Brötchen, dunkel 1) 15)	2	4

☼ Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

### Allergene

- 1) Gluten 7) Lactose  
8) Schalenfrüchte  
15) Kann Spuren von Allergenen enthalten

### Nährwerte pro Person

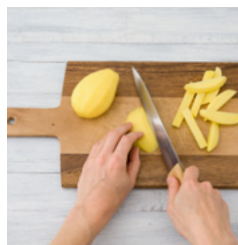
Kalorien: 749 kcal  
Kohlenhydrate: 82 g  
Fett: 32 g, Eiweiß: 27 g  
Ballaststoffe: 11 g

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

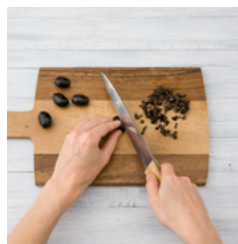
(Oliven-)Öl, Salz, Pfeffer, Zucker

### Was zum Kochen gebraucht wird

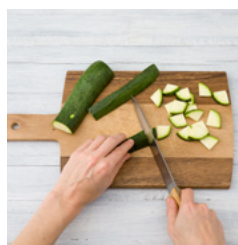
Backofen, tiefes Backblech, Käse- reibe, Zitronenpresse, hohes Rührgefäß, Pürierstab, große Schüssel, große (Grill-)Pfanne, Sieb



**1** Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.



**2** **Kartoffeln** schälen und in feine Stäbchen (Pommes) schneiden. **Pommes** auf einem tiefen Backblech mit 2 EL **Öl** sowie etwas **Salz** und **Pfeffer** verteilen und 20–25 Min. auf der mittleren Schiene im Ofen garen, bis die **Pommes** bräunlich und knusprig sind.



**3** Für die Olivenpaste: **Parmesan** fein reiben. **Zitrone** entsaften. **Oliven** grob hacken. **Knoblauch** abziehen. **Basilikum** waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. **Mandeln** grob hacken. In einem hohen Rührgefäß **Parmesan**, **Mandeln**, **Oliven**, **Knoblauch**, **Basilikum**, 3 ½ EL **Olivenöl**, ein wenig **Zitronensaft**, etwas **Salz**, **Pfeffer** und 1 Prise **Zucker** mithilfe eines Pürierstabs zu einer groben Paste verarbeiten und bis zum Anrichten ziehen lassen.



**4** **Zwiebel** abziehen und achteln. **Champignons** in Scheiben schneiden. **Zucchini** waschen, Enden abschneiden, längs vierteln und quer in Scheiben schneiden. In einer großen Schüssel **Gemüse** mit 2 EL **Olivenöl** sowie etwas **Salz** und **Pfeffer** gründlich vermischen.

**5** Eine große (Grill-)Pfanne ohne Zugabe von Fett erhitzen. Das **Gemüse** darin schubweise weich und bräunlich anbraten. **Ciabatta-Brötchen** für 5-6 Min. im Ofen aufbacken. **Mozzarella** abgießen und in feine Scheiben schneiden. **Paprika-Antipasti** quer in Streifen schneiden.

**6** **Brötchen** nach dem Aufbacken halbieren und die Unterseiten mit ein wenig **Olivenpaste** bestreichen. Dann mit **Gemüse**, **Mozzarella** und **Paprika-Antipasti** belegen. Zweite **Brötchenhälften** drauflegen und ein wenig festdrücken.

**7** **Burger** mit **Pommes** auf Tellern verteilen und genießen!