







Leichter kochen,
besser essen!



HelloFresh.de | kundenservice@hellofresh.de

KW 04 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf     2016

Italienische Hähnchen-Burger mit Zwiebelade und knusprigen Ofen-Pommes

Brötchen mit Mozzarella und Tomate kennst Du sicher schon, aber wenn du dazu noch Hähnchenbrust und unsere selbstgemachte Zwiebelade packst, dann wird zusammen mit selbstgemachten Pommes frites eine leckere und sättigende Mahlzeit daraus. Lass es Dir schmecken!



40 min.



Stufe 2



Hähnchenbrust



Kartoffeln



Tomate



Oregano



Zwiebel



Salatherz



Mozzarella



Burger-Brötchen



Schmand

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Hähnchenbrust	250 g	500 g
Kartoffeln, festkochend	400 g	800 g
Tomate	1	2
Oregano	5 g	10 g
Zwiebel, rot	1	2
Salatherz	1	2
Mozzarella 7)	125 g	250 g
Burger-Brötchen 1)	2	4
Schmand ☒ 7)	75 g	150 g

☒ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene

1) Gluten 7) Lactose

Nährwerte pro Person

Kalorien: 943 kcal
Kohlenhydrate: 82 g
Fett: 43 g, Eiweiß: 54 g
Ballaststoffe: 4 g

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

(Oliven-)Öl, Salz, Pfeffer, Zucker, Butter

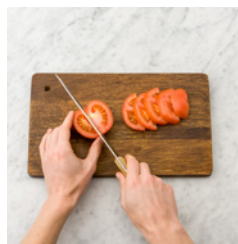
Was zum Kochen gebraucht wird

Backofen, Backpapier, Backblech, Sieb, kleine Pfanne, große Pfanne, Alufolie



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

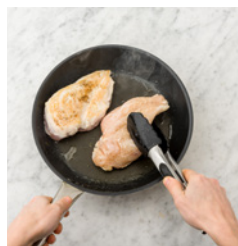
Hähnchenbrust aus dem Kühlschrank nehmen. **Kartoffeln** schälen, waschen, in ca. 1 cm dicke Stifte schneiden. Diese auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL **Olivenöl** beträufeln und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Dann in den Ofen schieben und ca. 20 Min. knusprig backen.



2 **Tomate** waschen, halbieren, Strunk entfernen und in Scheiben schneiden. **Oregano** waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen. Äußere, welke Blätter vom **Salatherz** entfernen, halbieren, Strunk herausschneiden. Blätter abzupfen, waschen, in einem Sieb abtropfen lassen. **Mozzarella** abgießen und in Scheiben schneiden. **Burger-Brötchen** im Ofen 8-12 Min. aufbacken.



3 Für die Zwiebelade: **Zwiebel** abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. In kleiner Pfanne 2 EL **Öl** erhitzen, **Zwiebeln** zufügen und ca. 5-7 Min. bei mittlerer Hitze unter Rühren anbraten. Dann 1 TL **Zucker** zufügen, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



4 **Hähnchenbrust** auf beiden Seiten mit **Salz** und **Pfeffer** bestreuen. In großen Pfanne 1 TL **Butter** erhitzen, **Hähnchenbrust** hineingeben, auf jeder Seite 2-3 Min. scharf anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und kurz in Alufolie gewickelt ruhen lassen.

5 **Burger-Brötchen** nach Aufbackzeit aus Ofen nehmen, abkühlen lassen und halbieren. Hälften mit **Schmand** bestreichen. Auf Unterseiten **Salatblätter**, dann **Hähnchenfleisch**, darauf **Zwiebelade** verteilen. Auf Oberseiten **Oregano** streuen, mit **Mozzarella** und **Tomaten** belegen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Hälften vorsichtig zusammenklappen und ein wenig zusammendrücken.

6 **Italienische Hähnchen-Burger** und **Ofen-Pommes** auf Tellern verteilen. Zusammen mit dem restlichen **Schmand** als Dip genießen!