

# Boulette mit Apfel-Speck-Soße dazu cremiger Kartoffelstampf

Family Thermomix kocht • 987 kcal • Tag 2 kochen



gemischtes Hackfleisch



Kartoffeln



Bacon (Streifen)



Apfel



Petersilie



Zwiebel



Gewürzmischung  
„Hello Muskat“



Kochsahne



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

# Los geht's

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

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Pfeffer\*, Salz\*, Öl\*, Ei\*, Wasser\*, Butter\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 kleine Schüssel, 1 große Schüssel und 1 große Pfanne

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischtes Hackfleisch	250 g	375 g	500 g
Kartoffeln	600 g	800 g	1000 g
Bacon (Streifen)	80 g	100 g	160 g
Apfel <b>DE</b>   <b>NL</b>   <b>IT</b>   <b>NZ</b>	1	1,5**	2
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Zwiebel <b>DE</b>	1	1,5**	2
Gewürzmischung „Hello Muskat“ <b>10</b>	5 g	7,5 g**	10 g
Kochsahne <b>7</b>	150 g	200 g	300 g

\*\*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. 760 g)
Brennwert	541 kJ/129 kcal	4129 kJ/987 kcal
Fett	7,79 g	59,46 g
– davon ges. Fettsäuren	3,67 g	28,01 g
Kohlenhydrate	9,01 g	68,79 g
– davon Zucker	2,64 g	20,12 g
Eiweiß	5,44 g	41,50 g
Salz	0,523 g	3,990 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: 7** Milch (einschließlich Laktose) **10** Sellerie

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

**Ursprungsländer: DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **IT:** Italien **NZ:** Neuseeland



## Bouletten vorbereiten

**Petersilienblätter** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern, die Hälfte davon in eine kleine Schüssel umfüllen und den Rest mit dem Spatel nach unten schieben.

**Hackfleisch, Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben.

Ein **Ei\*** aufschlagen, zugeben und **15 Sek./Stufe 5** mischen.

**Hackfleischmasse** in eine große Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen.

**Tipp:** Durch das Ei wird die Boulette zarter, Du kannst es jedoch auch weglassen.



## Bouletten & Soße

**Bouletten, Bacon- und Zwiebelstreifen** in die Pfanne zugeben. **Bouletten** je Seite ca. 5 Min. anbraten.

**Zwiebelstreifen** und **Bacon** zwischendurch rühren.

**Bouletten** nach der Garzeit aus der Pfanne nehmen und warmhalten.

**Apfelspalten** in die Pfanne geben, kurz anbraten (ca. 0,5 Min.) und mit restlicher **Sahne** und 75 ml [100 ml | 150 ml] **Wasser\*** ablöschen. „**Hello Muskat**“ unterrühren und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Soße** ca. 5 Min. einköcheln lassen.



## Für den Stampf

Rühraufsatz in den Mixtopf einsetzen.

**Kartoffeln** schälen, in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und in den Mixtopf geben.

20 g [30 g | 40 g] **Sahne**, 150 g [225 g | 300 g] **Wasser\*** und 0,5 TL [0,75 TL | 1 TL] **Salz\*** zugeben und **18 Min. [19 Min. | 20 Min.] / 98 °C / Stufe 1** garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

**Tipp:** Wenn Sahne-Wasser in den Mixtopfdeckel hochkocht, reduziere die Temperatur auf 95 °C.



## Stampf zubereiten

Nach der Kartoffel-Garzeit mit einer Gabel testen, ob die **Kartoffeln** weich sind.

Wenn sie noch stückig sind, verlängere die Garzeit um **5 Min. / 98 °C / Stufe 1**.

Wenn die **Kartoffeln** gar sind, Rühraufsatz aus dem Mixtopf entfernen (**Achtung: heiß!**), 20 g [30 g | 40 g] **Butter\*** in den Mixtopf zugeben und **20 Sek. / Stufe 3** rühren.



## Schneiden & formen

**Zwiebeln** abziehen, halbieren und in halbe Ringe schneiden.

**Apfel** vierteln, Kerngehäuse entfernen und **Apfelviertel** in dünne Spalten schneiden.

Aus der **Hackmasse** 2 [3 | 4] **Bouletten** formen.

0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl\*** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen.



## Anrichten

**Stampf** und **Bouletten** auf Teller verteilen, mit **Apfel-Speck-Soße** anrichten und mit restlicher **Petersilie** bestreut genießen.

**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>

