

Mushroom Burger! mit glasiertem Portobello grünem Pesto, dazu Rucola und Ofenkartoffeln

Vegan 30 – 40 Minuten • 913 kcal • Tag 3 kochen



vegane Brioche
Burger Bun



Portobello-Pilze



Ofenkartoffel



Gewürzmischung
„Hello Buon Appetito“



Rucola



vegane Mayonnaise



Basilikum



Sonnenblumenkerne



Hefeflocken



Knoblauchzehe



Balsamicocrema



rote Zwiebel



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Pflanzliche Margarine*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
vegane Brioche Burger Bun 15)	2	3	4
Portobello-Pilze	2	3	4
Ofenkartoffel DE FR BE	2	3	4
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	6 g	10 g	12 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
vegane Mayonnaise	50 g	75 g	100 g
Basilikum	10 g	10 g	20 g
Sonnenblumenkerne	20 g	20 g	40 g
Hefeflocken	5 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Balsamicoreme 14)	24 g	36 g	48 g
rote Zwiebel DE	1	1	2

**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. 480 g)
Brennwert	797 kJ/190 kcal	3820 kJ/913 kcal
Fett	11,34 g	54,37 g
– davon ges. Fettsäuren	1,16 g	5,57 g
Kohlenhydrate	17,82 g	85,46 g
– davon Zucker	2,86 g	13,71 g
Eiweiß	4,04 g	19,38 g
Salz	0,358 g	1,715 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: 14) Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **FR:** Frankreich **BE:** Belgien

ES: Spanien



1 Kleine Vorbereitung

Reichlich heißes **Wasser** im Wasserkocher erhitzen.

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze

(200 °C Umluft) vor.

Kartoffeln in 4 oder 6 Spalten schneiden.

Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit der Hälfte „**Hello Buon Appetito**“, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. goldbraun backen.



4 Brioche Brötchen toasten

In der großen Pfanne aus Schritt 2 erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **pflanzliche Margarine*** erhitzen.

Brioche Brötchen darin auf den Schnittseiten 1 – 2 Min. toasten, bis sie goldbraun sind.



2 Für das Pesto

Knoblauch grob hacken.

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe **Sonnenblumenkerne** und **Knoblauch** für 2 – 3 Min. rösten, bis sie anfangen zu bräunen.

Aus der Pfanne nehmen und in ein hohes Rührgefäß geben.

Basilikum, **vegane Mayonnaise**, **Hefeflocken**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Wasser*** ebenfalls in das hohe Rührgefäß geben und alles mit Hilfe eines Pürierstabs zu einem **Pesto** verarbeiten.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 Portobello braten

In derselben großen Pfanne erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen.

Portobello Pilze darin je Seite 2 – 3 Min. anbraten, bis sie gut gebräunt sind.

Tipp: Für ein besseres Ergebnis kannst Du die Pilze beim Braten noch mit einer zweiten Pfanne andrücken.

Portobello mit der Hälfte des **Balsamicodressing** glasieren, „**Hello Buon Appetito**“ dazugeben, alles 30 Sek. einköcheln, bis die **Portobello** glasiert sind. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



3 Für den Salat

In einer großen Schüssel **Balsamicoreme**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl***, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Wasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dressing** verrühren.

Zwiebel halbieren und in feine Halbmonde schneiden.

Zwiebel in den letzten 15 Min. der Kartoffelgarzeit mit auf das Backblech geben.

Rucola halbieren.

Stiele der **Portobello** entfernen.

Brioche Brötchen waagrecht aufschneiden.



6 Anrichten

Rucola in die Schüssel mit dem restlichen **Dressing** geben und vermengen.

Brioche Brötchen mit etwas von der **Pesto-Mayonnaise** bestreichen, etwas **Rucola** darüber geben und mit dem **Portobello** und **Zwiebeln** toppen.

Burger auf Teller verteilen, **Kartoffelspalten** daneben anrichten und mit dem restlichen **Dip** servieren.

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>

