

# Pizzetta mit BBQ Chicken

## Bohnen und Buttermilch-Zitronen-Dressing

Family **Zeit Sparen** 15 Minuten • 794 kcal • Tag 3 kochen



Hähnchenschnitzeltes, mariniert



Libanesisches Fladenbrot



schwarze Bohnen



Zwiebel



Tomatenpesto



BBQ-Soße



geriebener Hartkäse



Buttermilch-Zitronen-Dressing



Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“



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



# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

2 große Pfannen und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchengeschnetzeltes, mariniert	250 g	375 g	500 g
Libanesisches Fladenbrot <b>15)</b>	120 g**	180 g**	240 g
schwarze Bohnen	1	1	1
Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
Tomatenpesto <b>14)</b>	25 g	25 g	50 g
BBQ-Soße <b>9) 10)</b>	20 ml	40 ml	40 ml
geriebener Hartkäse <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Buttermilch-Zitronen-Dressing <b>7) 8) 9)</b>	50 ml	50 ml	100 ml
Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ <b>9)</b>	3 g	3 g	6 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. 500 g)
Brennwert	652 kJ/156 kcal	3320 kJ/794 kcal
Fett	5,86 g	29,84 g
– davon ges. Fettsäuren	1,36 g	6,92 g
Kohlenhydrate	13,64 g	69,44 g
– davon Zucker	2,12 g	10,78 g
Eiweiß	10,31 g	52,46 g
Salz	0,841 g	4,281 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) **8)** Eier **9)** Senf **10)** Sellerie **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland



## Topping anbraten

**Zwiebel** halbieren und in feine Streifen schneiden.

**Bohnen** mithilfe des Deckels abgießen.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Zwiebel, Bohnen** und **Hähnchengeschnetzeltes** darin 4 – 5 Min. anbraten.

In der Zwischenzeit mit dem Rezept fortfahren.

## Kleine Vorbereitung

In einer kleinen Schüssel **BBQ-Soße** und **Tomatenpesto** vermengen.

„Hello Smoky Paprika“ zum **Pfanneninhalt** hinzugeben und für 30 weitere Sek. anbraten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Topping** herausnehmen und Pfanne auswischen.

2 [3 | 4] **Libanesisches Fladenbrot** mit dem **BBQ-Tomaten-Dip** bestreichen.

## Pizzetta vollenden

In 2 Pfannen jeweils 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl\*** bei mittlerer Temperatur erhitzen.

**Fladenbrot** hinzugeben, **geriebenen Hartkäse** darüber verteilen, mit dem **Hähnchen-Gemüse** toppen und abgedeckt für 1 – 2 Min. braten, bis der Boden knusprig und der **Käse** geschmolzen ist.

**Tipp:** Du kannst die Pizzetta auch nacheinander in derselben Pfanne braten.

**Pizzetta** nach Belieben in Stücke schneiden und mit dem **Buttermilch-Zitronen-Dressing** toppen.

**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>

