

Grillhähnchen-Burger mit Kartoffelspalten und Sweet-Chili-Mayonnaise

30 – 40 Minuten • 892 kcal • Tag 3 kochen

35



Hähnchenbrustfilet in Lake



vegane Brioche
Burger Buns



Ofenkartoffel



Salatherz (Romana)



Mayonnaise



Sweet Chili Sauce



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Fleisch ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

*Basiszutaten aus deiner Küche

Pfeffer*, Salz*, Öl*, Weißweinessig*, Butter*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Schüssel, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet in Lake	250 g	375 g	500 g
vegane Brioche Burger Buns (15)	160 g	240 g	320 g
Ofenkartoffel DE FR BE	2	3	4
Salatherz (Romana)	120 g	120 g	240 g
Mayonnaise (8) (9)	50 g	75 g	100 g
Sweet Chili Sauce (14)	25 g	50 g	50 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	6 g	8 g	12 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	742 kJ/177 kcal	3732 kJ/892 kcal
Fett	8,87 g	44,6 g
– davon ges. Fettsäuren	1,51 g	7,6 g
Kohlenhydrate	15,98 g	80,4 g
– davon Zucker	3,14 g	15,8 g
Eiweiß	7,95 g	40 g
Salz	0,53 g	2,66 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: (8) Eier (9) Senf (14) Schwefeldioxide und Sulfit (15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland FR: Frankreich BE: Belgien



1 Kleine Vorbereitung

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 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, Hälfte „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. goldbraun backen.



2 Für den Dip

In einer kleinen Schüssel **Mayonnaise**, **Sweet Chili Soße**, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dip** vermengen.

In einer großen Schüssel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Dip**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Weißweinessig***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dressing** verrühren.



3 Gemüse vorbereiten

Romanasalat in sehr feine Streifen schneiden und in die Schüssel mit dem **Dressing** geben.

Brioche Buns waagrecht halbieren.



4 Brioche Buns toasten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** erhitzen. **Brioche Buns** darin 1 – 2 Min. auf der Schnittseite toasten, bis sie goldbraun sind.



5 Für das Hähnchen

Hähnchenbrust waagrecht aufschneiden, aber nicht durchschneiden und wie ein Buch aufklappen. **Filets** auf beiden Seiten mit restlichem „**Hello Paprika**“, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

In derselben Pfanne erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Hähnchenbrustfilets** darin 2 – 3 Min. pro Seite anbraten, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist.



6 Anrichten

Etwas **Sweet-Chili-Mayonnaise** auf den Schnittseiten der **Brioche Buns** verteilen. **Romanasalat** darauf verteilen und mit dem **Grilled Chicken** toppen.

Kartoffeln daneben anrichten und mit restlichem **Salat** und restlichem **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>

