

Käsefritten mit Schwarz-Rot-Gold Dip

Sesam-Süßkartoffeln & erfrischende Gurkensticks

Vegetarisch **Klimaheld** 30 – 40 Minuten • 1142 kcal • Tag 5 kochen



Grillkäse Zypriotischer Art



Süßkartoffel



Mayonnaise



Semmelbrösel



Paprikapulver edelsüß



Sesamsamen



BBQ-Soße



Hoisinsoße



mittelscharfer Senf



Gurke



Zitrone, gewachst

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Honig*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Gemüseribe, 1 Küchenpapier, 2 große Schüssel, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Grillkäse Zypriotischer Art 7)	200 g	300 g**	400 g
Süßkartoffel ES US EG HN ZA NL	1	1	2
Mayonnaise 8) 9)	25 g	50 g	50 g
Semmelbrösel 15)	25 g	37,5 g**	50 g
Paprikapulver edelsüß	4 g	6 g	8 g
Sesamsamen 3)	10 g	20 g	20 g
BBQ-Soße 9) 10)	40 ml	60 ml	80 ml
Hoisinsoße 11) 15)	25 ml	50 ml	50 ml
mittelscharfer Senf 9)	20 ml	30 ml	40 ml
Gurke NL ES MA	1	1,5**	2
Zitrone, gewachst ES ZA AR TR CL EG	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. 630 g)
Brennwert	759 kJ/181 kcal	4779 kJ/1142 kcal
Fett	11,1 g	69,9 g
– davon ges. Fettsäuren	4,2 g	26,6 g
Kohlenhydrate	14,5 g	91,1 g
– davon Zucker	11 g	69,4 g
Eiweiß	5,2 g	32,7 g
Salz	0,72 g	4,52 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: **3**) Sesamsamen **7**) Milch (einschließlich Laktose) **8**) Eier **9**) Senf **10**) Sellerie **11**) Soja **15**) Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien

MA: Marokko **US:** Vereinigte Staaten **EG:** Ägypten **HN:** Honduras

ZA: Südafrika **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CL:** Chile



Für die Süßkartoffel

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Süßkartoffel längs halbieren und in 2 cm Halbmonde schneiden.

Süßkartoffel auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit **Sesamsamen**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. garen.



Für die Käsefritten

In einer großen Schüssel **Semmelbrösel** mit restlichem „**Hello Paprika**“ und **Pfeffer*** vermengen.

Grillkäse in **Pommesgröße** Stifte schneiden und rundum mit **Mayonnaise** einreiben.

Grillkäse in die große Schüssel geben und vorsichtig vermengen, bis er rundum bedeckt ist.

Tipp: Es ist nicht schlimm, wenn der **Grillkäse** dabei etwas auseinander fällt.



Gurkenstifte marinieren

Gurke längs halbieren und in 1 cm breite und 5 cm lange Stifte schneiden.

Zitrone heiß waschen und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] der Schale fein reiben. **Zitrone** vierteln.

In einer großen Schüssel **Zitronenabrieb**, **Saft** von 1 [1 | 2] **Zitronenviertel**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Gurkenstifte dazugeben und marinieren lassen.



Käsefritten anbraten

In einer großen Pfanne 5 EL [7,5 EL | 10 EL] **Öl*** erhitzen.

Käsefritten darin rundum 4 – 6 Min. anbraten, bis sie goldbraun sind. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abteten lassen.

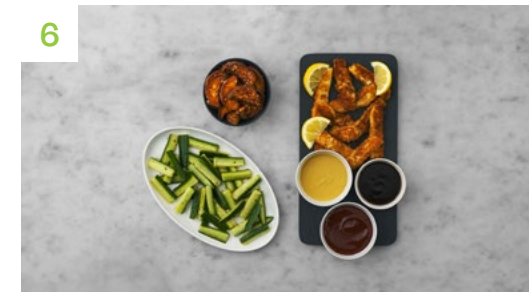


Für die Dips

In einer kleinen Schüssel **Senf** und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig*** vermengen.

In einer zweiten kleinen Schüssel **BBQ Soße** und Hälfte „**Hello Paprika**“ vermengen.

Hoisinsoße in eine dritte kleine Schüssel geben.



Anrichten

Käsefritten auf Teller verteilen und mit **Zitronenvierteln** garnieren. Marinierte **Gurkensticks** und **Süßkartoffeln** daneben anrichten und mit den **Dips** genießen.

Tipp: Du kannst alles auch auf große Schüsseln aufteilen und mit deinen Freunden und deiner Familie 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>

