

# Rauchige Chorizo-Kartoffelpfanne mit Paprika und karamellisierten Zwiebeln, dazu Joghurt-Dip

30 – 40 Minuten • 743 kcal • Tag 2 kochen

26



Chorizo



vorgegarte Kartoffelwürfel



grüne Paprika



Paprika multicolor



Tomate (Roma)



Zwiebel



Gewürzmischung  
„Hello Smoky Paprika“



Knoblauchzehe



Petersilie, glatt



Mayonnaise



Sahnejoghurt, Bio



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Öl\*, Salz\*, Zucker\*, Balsamicoessig\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

1 Knoblauchpresse, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Chorizo <b>7)</b>	120 g	200 g	240 g
vorgearbete Kartoffelwürfel	400 g	600 g	800 g
grüne Paprika <b>NL   ES   MA</b>	1	1	2
Paprika multicolor <b>NL   BE</b>	1	2	2
<b>  ES</b>			
Tomate (Roma) <b>NL   MA   ES</b>	1	2	2
Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	2	3	4
Petersilie, glatt	10 g	10 g	10 g
Sahnejoghurt, Bio <b>7)</b>	75 g	100 g	150 g
Mayonnaise <b>8) 9)</b>	25 g	50 g	50 g
Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ <b>9)</b>	3 g	4,5 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. 610 g)
Brennwert	513 kJ/123 kcal	3108 kJ/743 kcal
Fett	8,1 g	49,1 g
– davon ges. Fettsäuren	2,5 g	15 g
Kohlenhydrate	8,9 g	54,1 g
– davon Zucker	3,4 g	20,6 g
Eiweiß	3,1 g	18,9 g
Salz	0,57 g	3,43 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

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **BE:** Belgien **EG:** Ägypten



## 1 Gemüse schneiden

**Paprika** halbieren, entkernen und in 2 cm Stücke schneiden.

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

**Knoblauchzehen** abziehen.

**Petersilienblätter** fein hacken.



## 2 Zwiebeln braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen. **Zwiebelstreifen** darin 3 – 4 Min. braten, bis sie anfangen zu bräunen.

1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Balsamicoessig\*** und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker\*** zufügen und ca. 1 Min. kochen lassen, bis die **Zwiebeln** weich und goldbraun sind. **Zwiebelstreifen** aus der Pfanne nehmen.



## 3 Kartoffeln braten

**Chorizo** in 1 cm Stücke schneiden.

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

**Kartoffelwürfel** und **Paprika** hineingeben und 3 – 4 Min. anbraten.

Hälfte des **Knoblauchs** dazupressen.

**Chorizowürfel** und „Hello Smoky Paprika“ dazugeben und 4 – 5 Min. braten, bis die **Paprika** weich ist.



## 4 Für den Mayo-Dip

In einer kleinen Schüssel **Sahnejoghurt** mit **Mayonnaise** und der Hälfte der gehackten **Petersilie** verrühren.

Restlichen **Knoblauch** dazupressen und unterrühren. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 5 Pfanne fertigstellen

**Tomate** in 2 cm große Würfel schneiden.

**Tomatenwürfel** und restliche **Petersilie** in die Pfanne geben und 1 – 2 Min. mitbraten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 Anrichten

**Chorizo-Paprika**-Pfanne auf tiefe Teller verteilen. Mit karamellisierten **Zwiebeln** und **Petersilien-Joghurt-Dip** toppen.

**Tipp:** Wenn Du magst, brate pro Person ein Spiegelei und lege es auf die Chorizo-Pfanne.

**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>

