



BACON-SALBEI-SCHWEINEFILETS,

dazu Kartoffelwedges und fruchtige Cranberrysoße



HELLO SALBEI

Wir möchten nicht auf diesen Klassiker der italienischen Küche verzichten – seine feine Würze sorgt für kulinarische Highlights!



Kartoffeln



Schweinefilet



Salbei



Zwiebel



Cranberrys



Bacon



Knoblauchzehe



Babyspinat

35 Minuten

Stufe 3

Neuentdeckung leichter Genuss

Tag 1-5 kochen

Erlebe die Vielfalt des Geschmacks! Fruchtige Cranberrys vereinen sich auf Deinem Teller mit aromatischem Salbei – und bringen dabei eine wunderbare Frische ins Spiel für die saftigen, **proteinreichen** Schweinefilets. Die richtige Würze erhält unser Gericht durch den knusprigen Bacon obendrauf. Und die Kartoffelwedges dazu sind nicht nur eine perfekte, unkompliziert gemachte Beilage, sondern auch noch **glutenfrei**. Lass es Dir schmecken!

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse, Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Erhitze **200 ml** [300 ml|400 ml] Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 kleine Schüssel, 1 kleine Pfanne, 1 große Pfanne**, ein **Sieb**, eine **Knoblauchpresse**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



1 FÜR DIE KARTOFFELWEDGES
Ungeschälte **Kartoffeln** in ca. 1,5 cm breite Spalten (**Wedges**) schneiden. **Wedges** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für das Fleisch lassen), mit **Olivenöl*** beträufeln, **salzen*** und **pfeffern***. Auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 25 Min. goldbraun backen. **Cranberrys** grob hacken und in einer kleinen Schüssel mit heißem **Wasser*** einweichen. In der Zwischenzeit kannst Du die **Schweinefilets** braten.



2 SCHWEINEFILETS BRATEN
Schweinefilets von beiden Seiten **salzen*** und **pfeffern***. In einer großen Pfanne **Öl*** auf mittlerer Stufe erhitzen und **Schweinefilets** je Seite 2 – 3 Min. braten. Anschließend für ca. 10 Min. zu den **Kartoffelwedges** in den Backofen geben.



3 WÄHRENDDESSEN
Salbeiblätter von den Stielen abzupfen und ½ der Blätter hacken. **Zwiebel** abziehen, halbieren und in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden.



4 FÜR DAS TOPPING
In einer kleinen Pfanne **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Zwiebelwürfel** darin 2 – 3 Min. anbraten. Gehackten **Salbei**, gehackte **Cranberrys** (mit **Wasser**), **Zucker***, **Salz*** und **Pfeffer*** zufügen und abgedeckt ca. 10 Min. köcheln lassen. Anschließend Deckel abnehmen, **Butter*** hinzufügen und **Soße** 1 – 3 Min. köcheln lassen.



5 IN DER ZWISCHENZEIT
Bacon in 1,5 cm große Würfel schneiden. In der großen, kalten Pfanne **Baconwürfel** ohne weitere Fettzugabe bei starker Hitze ca. 3 Min. knusprig anbraten. Restliche **Salbeiblätter** zufügen und ca. 1 Min. mitbraten. **Bacon** und **Salbeiblätter** aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.



6 ANRICHTEN
Knoblauch abziehen. Die große Pfanne erneut erwärmen, **Babyspinat** portionsweise darin zusammenfallen lassen. **Knoblauch** dazupressen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Schweinefilets** in Scheiben schneiden und auf Teller verteilen. Mit **Bacon-Salbei-Mischung** toppen, **Kartoffelwedges** dazu anrichten und mit **Babyspinat** und **Cranberry-Salbei-Soße** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Cranberrys 15)	40 g	60 g	80 g
Schweinefilet	2	3	4
Salbei	5 g ☞	7,5 g ☞	10 g
Zwiebel DE	1	1½ ☞	2
Bacon (Scheiben)	80 g	120 g	160 g
Knoblauchzehe ES	½ ☞	¾ ☞	1
Babyspinat	200 g	300 g	400 g
Olivenöl*	1 EL	1½ EL	2 EL
heißes Wasser* zum Einweichen	200 ml	300 ml	400 ml
Öl*	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
Zucker*	½ EL	¾ EL	1 EL
Butter* 7)	½ EL	¾ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	479 kJ/115 kcal	2737 kJ/655 kcal
Fett	5 g	29 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	8 g
Kohlenhydrate	10 g	55 g
– davon Zucker	4 g	21 g
Eiweiß	8 g	44 g
Ballaststoffe	2 g	6 g
Salz	1 g	2 g

ALLERGENE
7) Milch 15) kann Spuren von Erdnüssen, Soja, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesamsamen enthalten

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

URSPRUNGSLÄNDER
DE: Deutschland, ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:
DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!