

Burger Española! mit pikantem Hähnchen dazu Pimientos de Padrón in Paprikasoße

Zeit sparen Family 15 Minuten • 664 kcal • Tag 3 kochen

16



Hähnchenbrustfilet



Briochebrötchen



Pimientos de Padrón



Salatherz (Romana)



pikante Paprikasoße



Aioli



Gewürzmischung
„Hello Smoky Paprika“



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

Los geht's

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

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

2 große Pfannen und 2 große Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
Briochebrötchen 7) 8) 15)	2	3	4
Pimientos de Padrón	200 g	400 g	400 g
Salatherz (Romana) DE	1	1	1
pikante Paprikasoße 10)	160 g	240 g	320 g
Aioli 8) 9)	20 g	30 g	40 g
Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ 9)	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. 480 g)
Brennwert	576 kJ/138 kcal	2780 kJ/664 kcal
Fett	6,58 g	31,75 g
– davon ges. Fettsäuren	1,28 g	6,16 g
Kohlenhydrate	11,21 g	54,07 g
– davon Zucker	3,62 g	17,49 g
Eiweiß	6,62 g	31,93 g
Salz	0,843 g	4,067 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 **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland

1



Hähnchen & Gemüse vorbereiten

Hähnchenbrustfilets waagrecht aufschneiden, aber nicht ganz durchschneiden und wie ein Buch aufklappen. Diese dann in einer großen Schüssel mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl* und „Hello Smoky Paprika“ marinieren und mit Salz* und Pfeffer* würzen.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl* auf hoher Hitze erhitzen und die **Pimientos de Padrón** darin 3 – 4 Min. scharf anbraten. Danach in eine zweite große Schüssel geben, beiseitestellen und mit Salz* würzen.

2



Hähnchen & Brioche braten

In der großen Pfanne erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl* erhitzen. **Hähnchenbrust** darin auf jeder Seite 1 – 2 Min. scharf anbraten, dann **pikante Paprikasoße** dazu geben und weitere 3 – 4 Min. braten, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist.

Währenddessen eine zweite Pfanne erhitzen. **Burgerbrötchen** aufschneiden und in der Pfanne mit der Schnittfläche nach unten 1 – 2 Min. toasten.

3



Dip & anrichten

Salatblätter abzupfen.

Burgerbrötchenhälften mit **Aioli** bestreichen. Danach mit **Salatblättern** und **Hähnchenbrust** belegen und die **Burger** schließen. **Pimientos de Padrón** und restliche **Paprikasoße** aus der Pfanne dazu reichen.

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>

