

# Californian Sandwich! mit Avocado und Cream Cheese, dazu Ofenkartoffeln und Salat

Vegetarisch **Wenig Vorbereitung** 30 – 35 Minuten • 4198 kJ/1003 kcal • Tag 5 kochen

30



Kartoffeln (Drillinge)



Gewürzmischung „Hello Patatas“



Steinofenbaguette



Frühlingszwiebel



Friskäse



Gewürzmischung „Hello Piri Piri“



geriebener Hartkäse



Karotte



Salatmischung



Sahnejoghurt



Limette, gewachst



Avocado



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

**Gut im Haus zu haben**

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Olivenöl\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Was Du benötigst

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

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	600 g	800 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
Steinofenbaguette (15)	1	1,5**	2
Frühlingszwiebel DE   EG   IT	1	2	2
Frischkäse (7)	100 g	150 g	200 g
Gewürzmischung „Hello Piri Piri“	3 g**	3 g**	6 g
geriebener Hartkäse (7   8)	40 g	60 g	80 g
Karotte DE   NL   ES   IL	1	2	2
Salatmischung	50 g	75 g	100 g
Sahnejoghurt (7)	75 g	100 g	150 g
Limette, gewachst CO   MX   BR   GT   ES   VE   VN	1	1	1
Avocado CL   PE   MX   KE   ZW   CO   MA   ES   IL   DO	1	2	2
Olivenöl*, Öl*	Angaben im Text		
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

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 680 g)
Brennwert	621 kJ/148 kcal	4198 kJ/1003 kcal
Fett	7,27 g	49,14 g
– davon ges. Fettsäuren	2,95 g	19,93 g
Kohlenhydrate	16,09 g	108,77 g
– davon Zucker	2,92 g	19,77 g
Eiweiß	4,15 g	28,07 g
Salz	0,581 g	3,927 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 (15) Weizen (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** DE: Deutschland EG: Ägypten IT: Italien NL: Niederlande ES: Spanien IL: Israel CO: Kolumbien MX: Mexiko BR: Brasilien GT: Guatemala VE: Venezuela VN: Vietnam CL: Chile PE: Peru KE: Kenia ZW: Simbabwe DO: Dominikanische Republik MA: Marokko



## Kartoffeln backen

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

**Kartoffeln** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, dabei Platz für die **Baguettes** lassen. **Kartoffeln** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Gewürzmischung „Hello Patatas“**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. backen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



## Baguette backen

**Baguette** quer halbieren, dann der Länge nach aufschneiden.

Die Schnittflächen zuerst mit **Frischkäse** bestreichen, dann mit der Hälfte [drei Viertel | dem gesamten] **„Hello Piri Piri“** und **Salz\*** bestreuen.

Mit **Hartkäse** und weißen **Frühlingszwiebelringen** toppen.

**Baguettehälften** neben die **Kartoffeln** legen und 10 – 12 Min. mitbacken, bis sie knusprig sind.

**Tipp:** Nutze für 4 Personen am besten 2 Backbleche.



## Für den Dip

**Limette** in 6 Spalten schneiden.

In einer kleinen Schüssel **Joghurt** mit **Salz\***, **Pfeffer\*** und einigen Tropfen **Limettensaft** verrühren.

Weißer und grüner Teil der **Frühlingszwiebeln** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.



## Fertigstellen

**Avocado** halbieren, Stein entfernen, Fruchtfleisch herauslösen und in Scheiben schneiden.

**Baguettehälften** aus dem Ofen nehmen, die unteren Hälften mit etwas **Salat** belegen.

**Avocadoscheiben** darauf verteilen, mit etwas **Limettensaft** beträufeln und mit den oberen Hälften abdecken.



## Für den Salat

In einer großen Schüssel **Soft** von 1 [1,5 | 2] **Limettenspalten**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Dip** verrühren.

**Karotte** schälen und in die große Schüssel reiben.

**Salatmischung** und grüne **Frühlingszwiebelringe** ebenfalls in die große Schüssel geben und gut durchmischen.



## Anrichten

**Sandwiches**, restlichen **Salat** und **Ofenkartoffeln** auf Tellern anrichten und mit dem restlichen **Dip** und restlichen **Limettenspalten** genießen.

## Guten Appetit!

Für mehr Essensfreunde:  
Lade Deine Freunde jetzt mit  
einem frischen Einstiegsrabatt von  
mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

