

# Camembert-Preiselbeer-Bonbons in Filoteig dazu buntes Konfetti-Püree und frischer Salat

Vegetarisch Family Thermomix kocht • 795 kcal • Tag 3 kochen

6



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



Filoteig



Camembert



Wildpreiselbeermarmelade



Kürbiskerne



Petersilie glatt



Thymian



Karotte



Buschbohnen



mehlig. Kartoffeln



Milch



Butter



Pflücksalat



Gewürzmischung  
„Hello Muskat“

**thermomix**

35 [35 | 40] Min.

40 [40 | 50] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Wasser\*

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 kleine Schüssel, 1 große Pfanne und 1 große Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Filoteig (11   15)	0,2**	0,3**	0,4**
Camembert (7)	125 g	187,5 g**	250 g
Wildpreiselbeermarmelade	50 g	100 g	100 g
Kürbiskerne	20 g	30 g	40 g
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
Karotte DE   NL   ES   IL	2	3	4
Buschbohnen	100 g	150 g	200 g
mehlig. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Milch (7)	100 ml**	150 ml**	200 ml
Butter (7)	20 g	30 g	40 g
Pflücksalat	50 g	75 g	150 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ (10)	2,5 g**	4 g**	5 g
Öl*, Weißweinessig*	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. 560 g)
Brennwert	590 kJ/141 kcal	3327 kJ/795 kcal
Fett	7,71 g	43,44 g
– davon ges. Fettsäuren	3,15 g	17,78 g
Kohlenhydrate	12,99 g	73,22 g
– davon Zucker	4,09 g	23,04 g
Eiweiß	4,53 g	25,51 g
Salz	0,394 g	2,219 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) (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 IL: Israel



## Varoma vorbereiten

**Petersilie** in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

**Karotten** schälen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

**Karottenstücke** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in den Varoma-Behälter umfüllen, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitze freibleiben.

Enden der **Buschbohnen** entfernen, **Bohnen** dritteln und in den Varoma-Behälter zugeben. Varoma verschließen.



## Für das Konfettipüree

Varoma abnehmen, Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen.

Mixtopf leeren.

**Butter**, die Hälfte [drei Viertel | das gesamte] „Hello Muskat“, 100 g [150 g | 200 g] **Milch**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben und **2 Min./90 °C/ Stufe 1** erwärmen.

**Kartoffeln**, **Karotten**, **Bohnen** und zerkleinerte **Petersilie** zugeben und mithilfe des Spatels **25 Sek./Stufe 3,5** pürieren.

**Püree** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Dampfgaren & Kleinigkeiten

**Kartoffeln** schälen, in ca. 2,5 cm Stücke schneiden und in den Gareinsatz geben.

500 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Gareinsatz einsetzen, Varoma aufsetzen und **28 Min./Varoma/ Stufe 1** dampfgaren.

Währenddessen Blätter von **Thymian** fein hacken.

**Camembert** in 8 [12 | 16] Scheiben schneiden.

**Kürbiskerne** in einer großen Pfanne ohne Fettzugabe 1 – 2 Min. rösten, bis sie anfangen zu „springen“. Herausnehmen.



## Filo-Bonbons braten & Salat

In der großen Pfanne 3 EL [4,5 EL | 6 EL] **Öl\*** erhitzen, **Bonbon-Päckchen** portionsweise hineingeben und rundherum ca. 45 – 60 Sek. knusprig braten. Dann auf Küchenpapier abfetten lassen.

In einer großen Schüssel restliche **Preiselbeermarmelade** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Essig\*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Wasser\*** verrühren. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Pflücksalat** etwas kleiner zupfen und mit dem **Dressing** mischen.



## Bonbons formen

2 [3 | 4] **Filoteigblätter** aufeinander legen und den **Teigstapel** einmal längs und quer halbieren, sodass 8 [12 | 16] **Teigstücke** entstehen.

Die Hälfte der **Wildpreiselbeermarmelade** und etwas **Thymian** nach Geschmack auf den **Teigstücken** verteilen. **Camembertscheiben** darauf legen.

Zuerst die langen **Teigseiten** einklappen, dann den **Teig** zu Bonbon-Päckchen aufrollen. Die letzte **Teigkante** jeweils mit etwas **Wasser\*** bestreichen und andrücken.



## Anrichten

**Salat** auf Teller verteilen und mit **Kürbiskernen** toppen.

**Konfettipüree** und **Camembert-Bonbons** daneben anrichten und alles zusammen 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>

