



# CREMIGER MINI-KNÖDEL-AUFLAUF

mit Wirsing, Petersilie und Bergjausenkäse

## FAMILY



Mini-Klöße



Schlagsahne



Petersilie



Zwiebel



geriebener Bergjausenkäse



Schnittlauch



Wirsing



Gewürzmischung „Muskat“

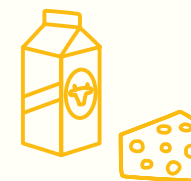


Karotte



Porree

### Marcos Tipps für Kids



Falls du deine Kinder mit in das Kochgeschehen einbinden möchtest, lass sie doch den Schnittlauch mit einer Schere in feine Röllchen schneiden.

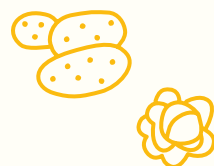
20 [25] Min.

40 [40] Min.

Stufe 2

Thermomix kocht

Veggie



thermomix

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.  
 Heize den **Backofen** auf **190 °C** Ober-/Unterhitze (**170 °C** Umluft) vor.  
 Neben dem **Thermomix**\* benötigst Du **1 kleine Schüssel**, **1 große Pfanne** und **1 Auflaufform**.



**1 ZERKLEINERN & DÜNSTEN**  
**Petersilie** in ca. 2 cm lange Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. 1 – 2 TL davon mithilfe des Spatels in eine kleine Schüssel umfüllen. **Zwiebel** abziehen, halbieren, in den Mixtopf zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und alles mit dem Spatel nach unten schieben. 15 g [20 g] **Öl\*** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. Währenddessen **Wirsing** und **Karotten** vorbereiten.



**4 KNÖDEL VORBEREITEN**  
 In einer großen Pfanne 1½ EL [2 EL] **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen und **Mini-Klöße** darin ca. 5 Min. rundherum anbraten, bis sie goldbraun sind. Angebratene **Mini-Klöße** in einer Auflaufform verteilen. **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.



**2 WIRSING KOCHEN**  
 Den Strunk vom **Wirsing** herausschneiden und **Wirsing** in ca. 2 cm große Rauten schneiden. **Karotte** schälen, längs halbieren und schräg in ca. 0,5 cm dicke Halbmonde schneiden. **Wirsingrauten**, **Karottenscheiben** und 75 g [100 g] **Wasser\*** in den Mixtopf zugeben und **10 Min./100 °C/☞/Stufe 1** kochen. Währenddessen den **Porree** längs halbieren und in dünne Halbringe schneiden.



**5 FÜR DEN AUFLAUF**  
 Die  **Hälfte** des **Käses** in den Mixtopf zugeben und mit dem Spatel unterrühren und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Wirsingsoße** über die **Mini-Klöße** geben, mit restlichem **Käse** bestreuen und ca. 10 Min. backen, bis der **Käse** verläuft.



**3 SOSSE ZUBEREITEN**  
**Sahne**, **Porree**, **Gewürzmischung**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben und **7 Min./98 °C/☞/Stufe 1** garen. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



**6 ANRICHTEN**  
**Mini-Kloß-Auflauf** auf Teller verteilen, mit **Schnittlauch** und restlicher **Petersilie** bestreuen und genießen.

**Guten Appetit!**

# 3 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	3P	4P
Kochsahne 5)	300 ml ☞	400 ml
Zwiebel DE	1	2
geriebener Bergjausekäse 5)	150 g	200 g
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g
Wirsing NL   DE	375 g	500 g
Gewürzmischung „Muskat“	7,5 g ☞	10 g
Mini-Klöße 1) 11)	600 g ☞	800 g
Karotte NL	1	2
Porree DE	1	1 (groß)
Öl* für Schritt 1	15 g	20 g
Wasser* für Schritt 2	75 g	100 g
Öl* für Schritt 4	1½ EL	2 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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	496 kJ/119 kcal	3.182 kJ/761 kcal
Fett	6,79 g	43,51 g
– davon ges. Fettsäuren	3,45 g	22,09 g
Kohlenhydrate	10,04 g	64,33 g
– davon Zucker	2,42 g	15,51 g
Eiweiß	4,04 g	25,91 g
Salz	0,489 g	3,137 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

- 1) Glutenthaltiges Getreide 5) Milch
- 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

## URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland NL: Niederlande

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at