

# Currywurst mit selbst gemachter roter Soße dazu käsig Kartoffelsticks und Salat

Family 40 – 50 Minuten • 3974 kJ/950 kcal • Tag 3 kochen

5



Thüringer Rostbratwurst



Tomatenmark



Zwiebel



Gewürzmischung  
„Hello Curry“



Aprikosenkonfitüre



Ketchup



Ofenkartoffeln



geriebener Hartkäse



Pflücksalat



Tomate



Buttermilch-  
Zitronen-Dressing



Gemüsebrühe



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

Gut im Haus zu haben

Wasser\*, Pfeffer\*, Salz\*, Öl\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 kleinen Topf, 1 Pürierstab, 1 Sieb und 1 großen Topf mit Deckel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Thüringer Rostbratwurst <b>9)</b>	300 g	400 g	600 g
Tomatenmark	70 g	105 g**	140 g
Zwiebel <b>DE   NL   NZ</b>	1	1	2
Gewürzmischung „Hello Curry“	6 g	8 g	12 g
Aprikosenkonfitüre	25 g	25 g	50 g
Ketchup <b>10)</b>	17 ml	34 ml	34 ml
Ofenkartoffeln <b>DE   ES   NL   BE   FR   EG   MA   MT   IL   PT   CY</b>	3	5	6
geriebener Hartkäse <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Pflücksalat	50 g	75 g	100 g
Tomate <b>DE</b>	2 g	3 g	4 g
Buttermilch-Zitronen-Dressing <b>7) 8) 9)</b>	50 ml	100 ml	100 ml
Gemüsebrühe <b>10)</b>	4 g	6 g	8 g
Wasser*, 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. 760 g)
Brennwert	526 kJ/126 kcal	3974 kJ/950 kcal
Fett	7,45 g	56,24 g
– davon ges. Fettsäuren	2,75 g	20,75 g
Kohlenhydrate	9,21 g	69,57 g
– davon Zucker	3,21 g	24,27 g
Eiweiß	4,88 g	36,88 g
Salz	0,653 g	4,933 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

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **ES:** Spanien **FR:** Frankreich **NL:** Niederlande **BE:** Belgien **EG:** Ägypten **MA:** Marokko **MT:** Malta **IL:** Israel **PT:** Portugal **CY:** Zypern **NZ:** Neuseeland



## Für die Kartoffelsticks

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

**Kartoffeln** schälen und in 1 cm dicke Stifte schneiden.

Diese in einer großen Schüssel zuerst mit geriebenem **Hartkäse** und anschließend mit 1 EL [1.5 EL | 2 EL] **Öl\*** und einer Prise **Salz\*** vermengen.

Danach auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im Ofen für 25 – 30 Min. goldbraun backen.



## Für den Salat

**Tomaten** halbieren, Strunk entfernen und in 1 cm dicke Spalten schneiden.

In einer zweiten großen Schüssel **Tomaten** und **Salatmix** mit dem **Buttermilch-Zitronen-Dressing** marinieren.

Nach Belieben mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Für die Currysoße

**Zwiebeln** halbieren, abziehen und fein hacken.

In einem kleinen Topf 1 EL [1.5 EL | 2 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erhitzen und gehackte **Zwiebel** farblos für 4 – 6 Min. anschwitzen.

Anschließend **Gewürzmischung „Hello Curry“** (ein paar Prisen zur Dekoration beiseitelegen) und **Tomatenmark** hinzufügen und zusammen 1 Min. anschwitzen.



## Wurstchen abraten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen und **Bratwürste** darin rundherum ca. 5 – 7 Min. anbraten.



## Currysoße vollenden

Topfinhalt mit **Aprikosenkonfitüre**, **Ketchup**, **Gemüsebrühe** und 100 ml [150 ml | 200 ml] **Wasser\*** ablöschen und weitere 4 – 5 Min. köcheln lassen.

Nach Ende der Kochzeit **Currysoße** mithilfe eines Pürierstabes zu einer glatten **Soße** pürieren.

Anschließend nach Belieben mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. Kurz beiseitestellen.



## Anrichten

**Wurstchen** klein schneiden und auf Tellern anrichten.

**Currysoße** darüber geben und mit einer Prise des beiseitegelegten **Currypulvers** bestreuen.

**Salat** und **Kartoffelsticks** dazu anrichten und 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>

