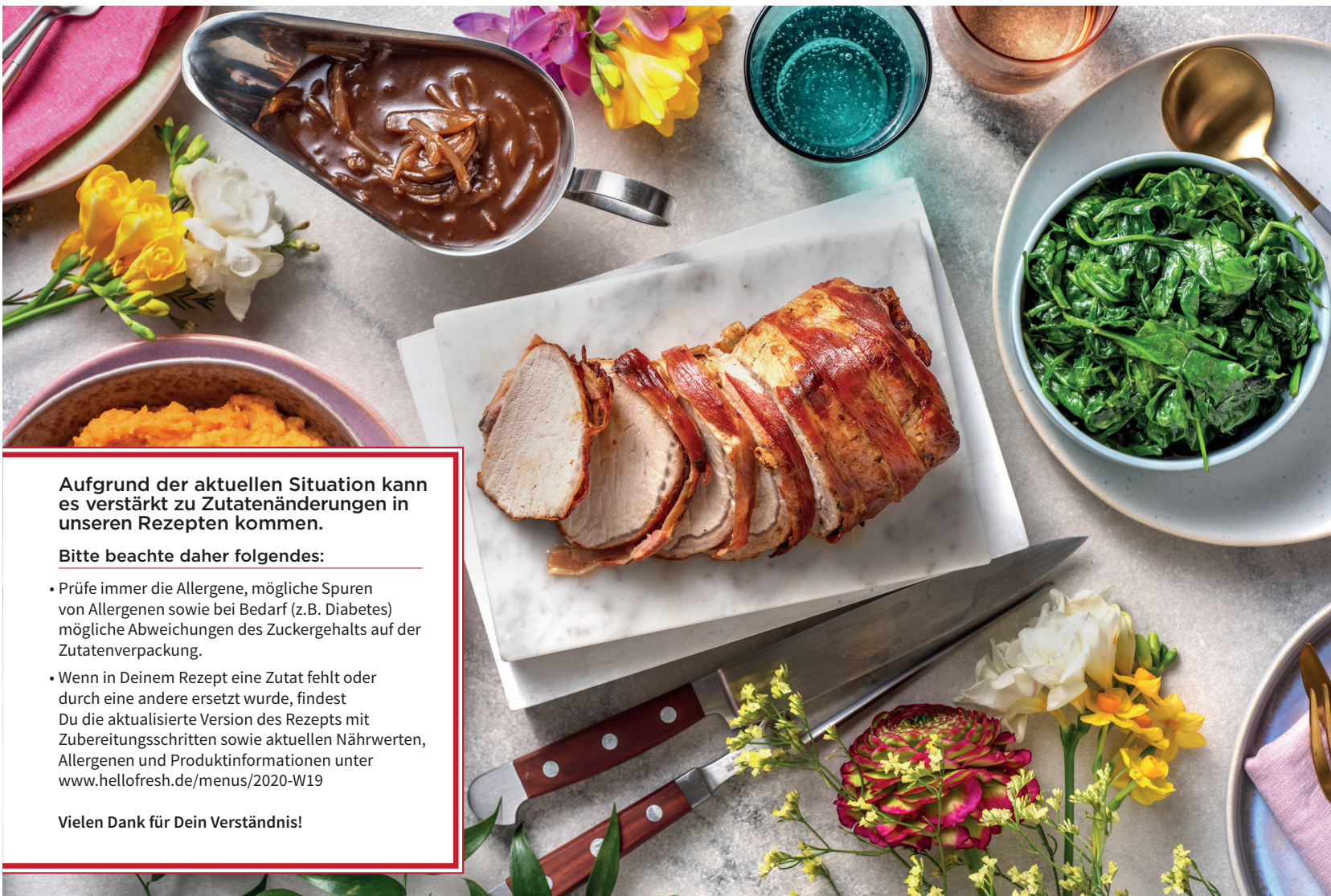




# SCHWEINEBRATEN IM BACON-SALBEI-MANTEL

mit Süßkartoffelstampf, Pflaumensoße und Babyspinat

## MEISTERSTÜCK



**Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.**

**Bitte beachte daher folgendes:**

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter [www.hellofresh.de/menus/2020-W19](http://www.hellofresh.de/menus/2020-W19)

Vielen Dank für Dein Verständnis!

- Süßkartoffel
- Kartoffeln
- Bacon (Scheiben)
- Salbei
- Babyspinat
- Zwiebel
- Knoblauchzehe
- Pflaumenmus
- Butter
- Schweinelachs am Stück
- Gewürzmischung „Paprikagewürz“
- Hühnerbrühe

25 [35 | 45] Min. 120 [120 | 120] Min.

Stufe 3 Thermomix kocht

5 Tag 1 - 5 kochen

10



# LOS GEHT'S

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.  
Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Heize den **Backofen** auf **180 °C** Ober-/Unterhitze (**160 °C** Umluft) vor.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 große Pfanne, 1 Auflaufform** und **1 große Schüssel**.



## 1 FLEISCH & SALBEI ANBRATEN

**Salbeiblätter** in feine Streifen schneiden.

### Schweinebraten salzen\*

In einer großen Pfanne 2 EL [2½ EL | 3 EL] **Öl\*** bei hoher Hitze erwärmen. **Braten** rundherum ca. 5 Min. anbraten. Nach der Hälfte der Zeit **Salbeiblätter** dazugeben.

**Baconscheiben** nebeneinanderlegen. **Schweinebraten pfeffern\*** und mit dem **Salbei** auf die **Baconscheiben** legen. **Fleisch** und **Salbei** mit den **Baconscheiben** ummanteln und in eine Auflaufform legen. Braten 50 Min. [60 Min. | 65 Min.] backen.



## 4 FÜR DIE SOSSE

Varoma abnehmen und **Zwiebel** in der Pfanne mit 300 ml [350 ml | 400 ml] **heißer Garflüssigkeit** ablöschen. **★ TIPP:** Falls die **Garflüssigkeit** nicht ausreicht, gewünschte Menge mit **Wasser** auffüllen.

**Pflaumenmus** und **Hühnerbrühe** zugeben, unterrühren und ca. 5 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** eingedickt ist.

In der Zwischenzeit mit dem Rezept fortfahren.



## 2 FÜR DEN STAMPF

Rühraufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitz frei bleiben. **Süßkartoffel** und **Kartoffeln** schälen. Beides in ca. 3 cm große Würfel schneiden, in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern, in den Varoma-Behälter umfüllen und Varoma verschließen.

Erst 30 Min. bevor der **Braten** fertig ist, 500 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen, **27 Min./Varoma/Stufe 1** garen und mit dem Rezept fortfahren.



## 5 STAMPF & SPINAT

**5 Kartoffeln** in eine große Schüssel umfüllen und abdecken.

**Spinat** in den Varoma-Behälter geben, restliche **Knoblauchstreifen, Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und Varoma verschließen. 350 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **6 Min./Varoma/Stufe 1** garen. **Butter, Gewürzmischung, Salz\*** und **Pfeffer\*** zu den **Kartoffelstückchen** geben und unterheben, dabei entsteht ein lockerer **Stampf**. **★ TIPP:** Kontrolliere, ob der **Spinat** so ist, wie Du ihn magst, und verlängere eventuell die **Varoma-Zeit**.



## 3 ZWIEBEL & KNOBLAUCH

**Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen, **Zwiebel** halbieren und beides in feine Streifen schneiden.

5 Min. vor Ende der **Varoma-Garzeit** in der Pfanne ½ EL [¾ EL | 1 EL] **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen. Eine **Hälfte Knoblauch** zur Seite legen, die andere **Hälfte Knoblauch** mit den **Zwiebelstreifen** in die Pfanne zugeben und 3 – 4 Min. braten.



## 6 ANRICHTEN

**6 Braten** aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. 3 EL [4½ EL | 6 EL] vom ausgetretenen **Baconfett** unter die **Pflaumensoße** rühren und einmal aufkochen lassen. Varoma abnehmen, **Spinat** und **Stampf** auf Tellern verteilen. **Braten** aufschneiden, neben das **Gemüse** legen und mit **Pflaumensoße** genießen.

Guten Appetit!

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Salbei	20 g	40 g	40 g
Schweinelachs am Stück	600 g	800 g	1.000 g
Bacon (Scheiben)	120 g	160 g	240 g
Süßkartoffel <small>US   ES</small>	1 (klein)	1	1
Kartoffeln	200 g	400 g	400 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Knoblauchzehe <small>ES</small>	1	1	2
Zwiebel <small>DE</small>	1	1	2
Pflaumenmus	40 g	60 g	80 g
Butter <small>5)</small>	60 g	100 g	120 g
Gewürzmischung „Paprikagewürz“	2 g	2 g	2 g
Babyspinat	300 g	400 g	600 g
Öl* für Schritt 1	2 EL	2½ EL	3 EL
Wasser* für Schritt 2		500 g	
Öl* für Schritt 3	½ EL	¾ EL	1 EL
heiße Garflüssigkeit für Schritt 4	300 ml	350 ml	400 ml
Wasser* für Schritt 5		350 g	
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.

DURCHSCHNITTICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	PORTION (ca. 1.000 g)	
	100 g	
Brennwert	544 kJ/130 kcal	5.690 kJ/1.360 kcal
Fett	7,84 g	82,05 g
- davon ges. Fettsäuren	3,48 g	36,36 g
Kohlenhydrate	6,65 g	69,55 g
- davon Zucker	2,07 g	21,64 g
Eiweiß	7,69 g	80,45 g
Salz	0,393 g	4,113 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

5) Milch

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien US: Vereinigte Staaten von Amerika

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59  
kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005  
kundenservice@hellofresh.at

2020 | KW 19 | 10 HelloFRESH