



HÄHNCHENGESCHNETZELTES MIT SPÄTZLE

in einer cremigen Apfel-Champignon-Soße



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-W18

Vielen Dank für Dein Verständnis!



HELLO THYMIAN

Frischer Thymian sorgt in diesem Gericht für die ganz besondere Würze. Er soll außerdem besonders gut bei einer Erkältung helfen!



Hähnchenbrustfilets



Champignons



Eierspätzle



Apfel



Kochsahne



Petersilie



Thymian



Gewürzmischung „Hähnchen“



Butter

30 – 40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 2

4

Tag 1–3 kochen

LOS GEHT'S

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Zum Kochen benötigst Du **2 große Pfannen**.



1 GEMÜSE SCHNEIDEN

Champignons in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Apfel halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Apfelhälften** ebenfalls in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Blätter vom **Thymian** abzupfen.



2 HÄHNCHEN SCHNEIDEN

Hähnchenbrustfilets in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Hähnchengeschnetzeltes** darin ca. 4 Min. anbraten.



3 ANBRATEN

Champignonscheiben zugeben und alles ca. 3 Min. weiterbraten. Anschließend **Gewürzmischung**, **Thymianblättchen** und **Apfelscheiben** zugeben und ca. 3 Min. unter Wenden braten. Mit **Sahne** ablöschen, Hitze reduzieren und ca. 5 Min. einköcheln lassen.



4 SPÄTZLE BRATEN

In einer zweiten großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Stufe erhitzen, **Spätzle** darin ca. 5 Min. anbraten, bis sie goldbraun sind. In der letzten Min. **Butter** zugeben und mit etwas **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



5 PETERSILIE SCHNEIDEN

Blätter der **Petersilie** abzupfen und grob hacken.

Champignon-Apfel-Soße mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Spätzle und **Hähnchengeschnetzeltes** in **Champignon-Apfel-Soße** auf Teller verteilen, mit gehackter **Petersilie** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Champignons	150 g	200 g	300 g
Apfel DE	1	1	2
Petersilie glatt/Thymian	5 g ☉	7,5 g ☉	10 g
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml ☉	400 ml
Spätzle 1) 2)	400 g	600 g	800 g
Butter 5)	10 g	20 g	20 g
Gewürzmischung „Hähnchen“	3 g	4 g ☉	6 g
Öl* für Schritt 2 und 4	je 1 EL	je 1½ EL	je 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.

DURCHSCHNITTICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	547 kJ/131 kcal	3.376 kJ/807 kcal
Fett	5,11 g	31,56 g
– davon ges. Fettsäuren	2,29 g	14,13 g
Kohlenhydrate	12,91 g	79,73 g
– davon Zucker	3,25 g	20,06 g
Eiweiß	7,91 g	48,84 g
Salz	0,281 g	1,735 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) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland

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 18 | 4 HelloFRESH