



# HERZHAFTE SCHNITZELRÖLLCHEN, dazu Kräutersoße und Selleriepürree



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!

**MAX 20%  
CARBS**

verzehrfertiges Gericht  
enthält max. 20%  
Kohlenhydrate



Schweineschnitzel



Holzspieße



Gewürzmischung  
„Paprikagewürz“



mittelscharfer Senf



Knollensellerie



mehlig. Kartoffeln



Kochsahne



Schnittlauch



Hühnerbrühe



Haselnüsse



Kerbel

25 [30 | 35] Min. 35 [35 | 45] Min.

Stufe 1 Thermomix kocht

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 die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 hohes Rührgefäß** und **1 große Pfanne**.



## 1 ZU BEGINN

**Haselnüsse** in einer großen Pfanne ohne Fettzugabe rösten, bis sie duften. Anschließend aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

**Kerbel** mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Kochsahne**, **Hühnerbrühe**, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser\***, die  **Hälfte**  vom  **Senf**  zugeben und  **15 Sek./Stufe 8**  pürieren.  **Soße**  in ein hohes Rührgefäß umfüllen.



## 4 DAMPFGAREN & SOSSE KOCHEN

Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen (**Achtung heiß!**) und **Röllchen** auf das **Gemüse** legen. Varoma-Behälter wieder verschließen, aufsetzen und weitere **14 Min./Varoma/Stufe 1** dampfgaren. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Pfanne erneut erhitzen, mit der vorbereiteten **Soße** ablöschen und unter rühren den Bratensatz lösen. **Soße** für ca. 2 Min kochen lassen, bis diese leicht andickt. Nach Geschmack mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## 2 VORGAREN

Rühaufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitz frei bleiben. **Knollensellerie** und **Kartoffeln** schälen und in ca. 1,5 cm große Stücke schneiden. Beides in den Varoma-Behälter geben und Varoma verschließen. 500 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **15 Min./Varoma/Stufe 1** vorgaren.

Währenddessen **Schnittlauch** in kurze Röllchen schneiden und fortfahren.



## 5 STAMPF ZUBEREITEN

Varoma abnehmen und Mixtopf leeren. **Schnitzelröllchen** von den **Spießen** abziehen und kurz beiseitelegen. **Gemüse** aus dem Varoma, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 3,5** pürieren.

★ **TIPP:** Wenn Du den Stampf feiner magst, dann schiebe alles mit dem Spatel nach unten und püriere noch einmal 5 Sek./Stufe 3,5.



## 3 RÖLLCHEN VORBEREITEN

**Schweineschnitzel** der Länge nach halbieren, nebeneinander ausbreiten und **salzen\*** und **pfeffern\***. Restlichen **Senf** auf die **Schnitzel** streichen, **Gewürzmischung „Paprikagewürz“** daraufstreuen, **Fleisch** aufrollen und immer zwei **Röllchen** auf einen **Holzspieß** stecken, so dass die Röllchen zusammenhalten. In der großen Pfanne 1 EL [1 ½ EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen und **Schnitzelröllchen** 2 Min. je Seite scharf anbraten, bis diese außen gebräunt sind.



## 6 ANRICHTEN

**Haselnüsse** grob hacken.

**Selleriestampf** auf Tellern verteilen, **Schnitzelröllchen** und **Soße** dazu reichen und mit **Haselnüssen** und **Schnittlauch** toppen.

**Guten Appetit!**

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Schweineschnitzel	280 g	420 g	560 g
Holzspieße	2	3	4
Gewürzmischung „Paprikagewürz“	2 g	4 g	4 g
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	20 ml	20 ml
Knollensellerie 3) NL	1 (klein)	¾	1
mehlig. Kartoffeln DE	2	3	4
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml	400 ml
Kerbel/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Haselnüsse 7)	10 g	20 g	20 g
Wasser* für Schritt 1	50 ml	75 ml	100 ml
Wasser* für Schritt 2		500 g	
Öl* für Schritt 3	1 EL	1 ½ 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.

DURCHSCHNITTICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	453 kJ/108 kcal	2.600 kJ/622 kcal
Fett	6,67 g	38,29 g
- davon ges. Fettsäuren	2,28 g	13,08 g
Kohlenhydrate	4,83 g	27,72 g
- davon Zucker	1,56 g	8,98 g
Eiweiß	6,73 g	38,65 g
Salz	0,394 g	2,262 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

3) Sellerie 4) Senf 5) Milch 7) Schalenfrüchte

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

### URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland NL: Niederlande

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 | 19 HelloFRESH