

Käsige Hackbällchen mit Rahmchampignons dazu Konfetti-Stampf

Family Thermomix kocht • 869 kcal • Tag 2 kochen

24



gemischtes Hackfleisch



vorw. festk. Kartoffeln



Champignons



Karotte



Kochsahne



geriebener Junger Gouda



Frühlingszwiebel



Zwiebel



Panko-Mehl



Gewürzmischung
„Hello Paprika“



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Butter*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Schüssel, 1 kleine Schüssel, Backpapier und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gemischtes Hackfleisch	250 g	375 g	500 g
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Champignons	150 g	200 g	300 g
Karotte DE NL DK	1	2	2
Kochsahne 7)	150 g	200 g	300 g
geriebener Junger Gouda 7)	50 g	75 g	100 g
Frühlingszwiebel DE EG MA IT	1	1	2
Zwiebel DE NL NZ	1	1	2
Panko-Mehl 15)	30 g	40 g**	50 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	2 g	4 g

**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. 640 g)
Brennwert	564 kJ/135 kcal	3638 kJ/869 kcal
Fett	8,22 g	52,97 g
– davon ges. Fettsäuren	3,98 g	25,68 g
Kohlenhydrate	8,54 g	55,04 g
– davon Zucker	1,78 g	11,44 g
Eiweiß	6,37 g	41,03 g
Salz	0,464 g	2,992 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) **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **NZ:** Neuseeland **DK:** Dänemark **EG:** Ägypten **MA:** Marokko **IT:** Italien



Gemüse vorbereiten

Karotten schälen, in ca. 1,5 cm Stücke schneiden und in den Gareinsatz geben.

Kartoffeln schälen, in ca. 2 cm Stücke schneiden und in den Varoma-Behälter geben. Dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz frei bleiben.

Zwiebel abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern.



Währenddessen

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Champignons vierteln.

Frühestens 10 Min. bevor die Varoma-Garzeit zu Ende ist, weiter kochen.

In einer großen Pfanne 1 EL **[1,5 EL | 2 EL] Öl*** erhitzen. Restliche zerkleinerte **Zwiebel** darin anbraten, dann **Champignons** zugeben und 2 – 3 Min. weiter braten.

170 ml **[260 ml | 350 ml] Kochsahne**, restliches „Hello Paprika“, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, kurz aufkochen lassen und dann die Hitze reduzieren.



Hackfleisch zubereiten

Hälfte der **Zwiebel** in eine kleine Schüssel umfüllen und die restliche **Zwiebel** mit dem Spatel nach unten schieben.

Hackfleisch, Käse, Panko-Mehl, die Hälfte vom „Hello Paprika“, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 5** vermengen.

Hackmasse in eine große Schüssel umfüllen und Mixtopf spülen.



Soße & Kartoffelstampf

Varoma abnehmen, **Hackbällchen** mit **Fleischsaft** in die Pfanne zugeben, vermengen und köcheln lassen, bis der **Stampf** zubereitet ist.

Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen und Mixtopf leeren. Rühraufsatz aus dem Varoma entfernen.

Karotten, Kartoffeln, Frühlingszwiebelringe, 30 g **[40 g | 50 g] Kochsahne**, 0,5 EL **[0,75 EL | 1 EL]**

Butter*, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 5** zu einem **Stampf** verarbeiten. Mit dem Spatel nach unten schieben und nochmal **5 Sek./Stufe 5** vermengen.



Dampfgaren

Varoma-Einlegeboden so mit Backpapier belegen, dass die seitlichen Garschlitz freibleiben.

Aus der **Hackmasse** 12 **[18 | 24] Bällchen** formen und auf dem Varoma-Einlegeboden **[und im Varoma-Behälter]** verteilen. Diesen in den Varoma-Behälter einsetzen und Varoma verschließen.

500 g **Wasser*** in den Mixtopf geben, Gareinsatz einsetzen, Varoma aufsetzen und **28 Min./Varoma/Stufe 1** garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



Anrichten

Soße nach Belieben mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Kartoffel-Karotten-Stampf auf dem Teller verteilen. **Hackbällchen** mit **Soße** 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>

