

Kohlrabi-Walnuss-Rösti

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten & Transport

Klimaheld Vegetarisch unter 650 Kalorien Thermomix hilft • 494 kcal • Tag 3 kochen

17



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



Kohlrabi



Ofenkartoffel



Frühlingszwiebel



Petersilie glatt



Thymian



Gewürzmischung „Hello Paprika“



Hartkäse geraspelt



Kirschtomaten



Pflücksalat



Schmand



Weizenmehl



Walnüsse



Radieschen

thermomix

⚡ 40 [40 | 40] Min.

🕒 45 [45 | 55] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Essig*, Olivenöl*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

Kochutensilien

Thermomix®, 2 große Schüsseln, 1 kleine Schüssel und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kohlrabi DE	1	2	2
Ofenkartoffel DE ES NL BE FR EG MA MT IL PT CY	1	1	2
Frühlingszwiebel DE	1	2	2
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	4 g	4 g
Hartkäse geraspelt 7 8)	40 g	60 g	80 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Pflücksalat	50 g	75 g	100 g
Schmand 7)	150 g	225 g**	300 g
Weizenmehl 15)	25 g	37,5 g**	50 g
Walnüsse 24)	20 g	40 g	40 g
Radieschen DE	100 g	150 g	200 g
Öl*, Olivenöl*, Weißweinessig*, Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text 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. 510 g)
Brennwert	519 kJ/124 kcal	2626 kJ/628 kcal
Fett	7,81 g	39,52 g
– davon ges. Fettsäuren	1,70 g	8,58 g
Kohlenhydrate	6,94 g	35,11 g
– davon Zucker	2,24 g	11,32 g
Eiweiß	3,06 g	15,50 g
Salz	0,142 g	0,719 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 **15**) Weizen **24**) Walnüsse

(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



Zu Beginn

Kohlrabi und **Ofenkartoffel** schälen, in ca. 3 cm große Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Salz*** zugeben und **12 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

Gemüse in eine große Schüssel umfüllen und 10 Min. stehen lassen.

Währenddessen Mixtopf spülen und trocknen.

Kirschtomaten halbieren.

Frühlingszwiebel in feine Röllchen schneiden.



Für den Salat

1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Schmand**, 10 g [15 g | 20 g] **Olivenöl*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Essig***, **Radieschen**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 4,5** zerkleinern und in eine weitere große Schüssel umfüllen.

Pflücksalat etwas kleiner zupfen und mit den **Kirschtomaten** in die Schüssel geben, aber erst kurz vor dem Servieren untermischen.



Für den Dip

1 EL [1,5 EL | 2 EL] vom restlichen **Schmand** abfüllen und beiseitestellen.

Blätter vom **Thymian** abstreifen und zusammen mit restlichem **Schmand**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen. **Dip** in eine kleine Schüssel umfüllen.

Mixtopf spülen und trocknen.

Zerkleinerten **Kohlrabi-Kartoffel-Mix** nach 10 Min. in den Varoma-Behälter geben, einmal abspülen und gut ausdrücken.



Für die Röstis

Petersilie in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Walnusskerne zugeben, **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern und alles mit dem Spatel nach unten schieben.

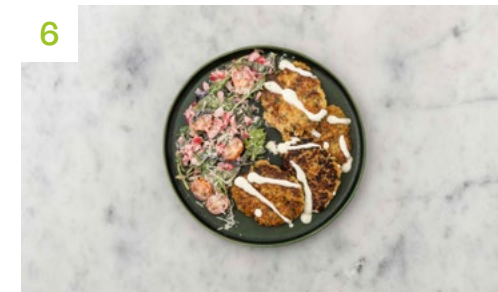
Kohlrabi-Kartoffel-Mix und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Schmand**, **Mehl**, **Frühlingszwiebeln**, „**Hello Paprika**“, der Hälfte des **Hartkäses**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **1 Min./Stufe 3** vermischen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Rösti braten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. Aus dem **Teig** portionsweise 8 [12 | 16] **Röstis** braten. Dafür jeden **Röstitaler** ca. 2 – 3 Min. bei mittlerer Hitze von jeder Seite braten.

Tipp: Gib für jede Röstiportion 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** in die Pfanne.



Anrichten

Salat vermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Salat auf Teller verteilen und mit restlichem **Hartkäse** bestreuen.

Rösti daneben anrichten und mit dem **Thymian-Schmand** genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreunde:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

