KÖTTBULLAR! SCHWEDISCHE HACKBÄLLCHEN

mit Champignon-Rahm-Soße, Petersilienkartoffeln und Gurkensalat

HELLO PIMENT

Piment ist ein wahres Feuerwerk an Aromen, weshalb es tatsächlich auch als Allgewürz oder Allspice bezeichnet wird.

- Rinderhackfleisch
- braune Champignons
- Wildpreiselbeermarmelade
- Kartoffeln
- Zwiebel
- Semmelbrösel
- Petersilie
- Sahne
- Gurke
- Piment
- Schnittlauch

25 [35] min.

45 [55] min.

Stufe 2

Thermomix übernimmt alles

Neuentdeckung

Tag 1 – 2 kochen

Hol den schwedischen Klassiker zu Dir nach Hause! Es gibt wohl kaum ein Gericht, das uns mehr an das Land der Elche und Fjorde denken lässt, als Köttbullar! Dabei ist der Klassiker sogar richtig **proteinreich** und außerdem unkompliziert in der Zubereitung. Lehn Dich zurück und genieße Deine schwedischen Hackbällchen in der typisch cremigen Champignon-Rahm-Soße, Petersilienkartoffeln und einem frischen Gurkensalat.

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **2 große Schüsseln**.

1 ZU BEGINN

Kartoffeln schälen, in ca. 2 cm große Stücke schneiden und in den Gareinsatz geben. Blätter der **Petersilie** abzupfen, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Zerkleinerte **Petersile** mit etwas **Salz** zu den **Kartoffelstücken** in den Gareinsatz geben und unterheben. **Zwiebel** abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Die ½ davon in eine große Schüssel umfüllen und restliche **Zwiebel** mit dem Spatel nach unten schieben.

2 KÖTTBULLAR VORBEREITEN

Hackfleisch, **Semmelbrösel**, 1 EL [2 EL] **Milch**, **Piment**, **Salz** und **Pfeffer** in den Mixtopf zugeben und **1 Min./**⟲**/Stufe 4** vermengen. In eine zweite große Schüssel umfüllen und mit feuchten Händen aus der **Hackmasse** 12 [24] Bällchen formen, diese auf dem Varoma-Einlegeboden [und im Varoma-Behälter] verteilen. **Champignons** je nach Größe halbieren oder vierteln und um die Köttbullar verteilen, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitze frei bleiben.

3 DAMPFGAREN

Varoma-Einlegeboden einsetzen und Varoma verschließen. Mixtopf spülen, dann 500 g **Wasser** und 1 TL **Öl** in den Mixtopf geben. Gareinsatz einsetzen, Varoma aufsetzen und **27 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen den **Gurkensalat** zubereiten.

4 GURKENSALAT ZUBEREITEN

Enden der **Gurke** abschneiden, **Gurke** in dünne Scheiben schneiden, diese in die Schüssel zu den zerkleinerten **Zwiebeln** geben, leicht **salz**en und **zucker**n und ca. 5 Min. beiseitestellen. Währenddessen **Schnittlauch** in dünne Röllchen schneiden. **Gurkenwasser** aus der Schüssel abgießen, 2 EL [4 EL] **Sahne** und **Schnittlauchröllen** zu den **Gurkenscheiben** geben und vermengen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

5 SAHNESOSSE KOCHEN

Varoma abnehmen und Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen, beides warm halten und Mixtopf leeren. Restliche **Sahne**, **Salz** und **Pfeffer** zugeben und **3 Min.** [4 Min.]**/98 °C/Stufe 1** erwärmen. **Köttbullar** und **Champignonstücke** in den Mixtopf zugeben und mithilfe des Spatels unterheben. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

6 ANRICHTEN

Petersilienkartoffel auf Teller verteilen, **Köttbullar** mit **Champignonrahmsoße** darübergeben, **Wildpreiselbeermarmelade** dazu anrichten und zusammen mit **Gurkensalat** genießen.

Guten Appetit!

2 | 4 PERSONEN
ZUTATEN

	2P	4P
vorwiegend festkochende Kartoffeln	400 g	800 g
Gurke ES	1	2
Zwiebel DE	1	2
braune Champignons	200 g	400 g
Petersilie/Schnittlauch	10 g	20 g
Rinderhackfleisch	300 g	600 g
Semmelbrösel 1) 15)	25 g	50 g
Piment 15)	1 g	2 g
Sahne 7)	200 g	400 g
Wildpreiselbeermarmelade	50 g	100 g

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Zucker*, Milch* 7)

* Gut, im Haus zu haben [4 Personen in Klammern].
Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.
! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix anpasst.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 750 g)
Brennwert	462 kJ/111 kcal	3438 kJ/825 kcal
Fett	6 g	45 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	24 g
Kohlenhydrate	9 g	62 g
– davon Zucker	3 g	22 g
Eiweiß	6 g	43 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	1 g	2 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch
15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

HelloFRESH