

Mais-Käse-Fritters auf tomatigem Kartoffelpüree dazu Gurkensticks und Gartenkräuterdip

Vegetarisch Family Thermomix kocht • 737 kcal • Tag 2 kochen

12



-  Mais
-  Frühlingszwiebel
-  Weizenmehl
-  Gewürzmischung „Hello Patatas“
-  mehlig. Kartoffeln
-  Gurke
-  Tomatenpesto
-  Schmand
-  Petersilie glatt
-  Schnittlauch
-  Käse-Mix
-  Butter
-  Zitrone, gewachst

thermomix

🕒 25 [25 | 35] Min.

🕒 35 [35 | 45] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Wasser*

Los geht's

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

Kochutensilien

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

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Mais	1	1,5**	2
Frühlingszwiebel DE EG IT	2	3	4
Weizenmehl 15)	50 g	75 g	100 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
mehlig. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Gurke NL BE GR ES	1	1,5**	2
Tomatenpesto 14)	25 g	37,5 g**	50 g
Schmand 7)	150 g	150 g	300 g
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Käse-Mix 7)	50 g	75 g	100 g
Butter 7)	10 g	20 g	20 g
Zitrone, gewachst UY RS ES AR TR	1	1	1
Öl*, Wasser*	Angaben im Text		
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

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 700 g)
Brennwert	439 kJ/105 kcal	3084 kJ/737 kcal
Fett	4,86 g	34,14 g
– davon ges. Fettsäuren	1,54 g	10,78 g
Kohlenhydrate	9,87 g	69,31 g
– davon Zucker	2,23 g	15,63 g
Eiweiß	2,41 g	16,93 g
Salz	0,289 g	2,026 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) 14) Schwefeldioxid und Sulfite 15) Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **UY:** Uruguay **RS:** Serbien **ES:** Spanien **TR:** Türkei **AR:** Argentinien **EG:** Ägypten **IT:** Italien **BE:** Belgien **NL:** Niederlande **GR:** Griechenland



Zu Beginn

Petersilie und **Schnittlauch** in ca. 2 cm Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Die Hälfte in eine kleine Schüssel umfüllen, den Rest mit dem Spatel nach unten schieben.

Mais durch den Gareinsatz abgießen und abtropfen lassen.

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.



Für die Fritters

Mehl, „Hello Patatas“, 75 g [110 g | 150 g] **Wasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **20 Sek./Stufe 4** zu einem **Teig** verrühren.

Mais, **Frühlingszwiebeln** und **Käse-Mix** zugeben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen. **Teig** in eine große Schüssel umfüllen.

Mixtopf spülen.



Kartoffeln & Dip

Kartoffeln schälen, in ca. 2 cm große Stücke schneiden und in den Gareinsatz geben. 500 g **Wasser*** in den Mixtopf geben und **25 Min./Varoma/ Stufe 1** garen.

Währenddessen **Zitrone** halbieren.

Schmand in die Schüssel zu den zerkleinerten **Kräutern** geben und mit etwas **Zitronensaft**, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dip** verrühren.



Gurkensticks & Fritters braten

Gurke nach Belieben schälen, quer in 4 Stücke schneiden und jedes **Gurkenstück** in 1 cm dicke Sticks schneiden.

In einer großen Schüssel **Gurkensticks** mit etwas **Zitronensaft**, **Salz*** und **Pfeffer*** marinieren.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittelhoher Hitze erwärmen. Aus dem **Maisteig** portionsweise 6 [9 | 12] **Puffer** von jeder Seite ca. 3 Min. goldbraun backen.

Tipp: Die Maiskörner können platzen und aus der Pfanne springen. Lege einen Deckel auf die Pfanne.



Für das Pürree

Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen. Mixtopf leeren, dabei etwas **Garflüssigkeit** auffangen.

Kartoffeln, **Tomatenpesto**, **Butter**, 25 g [35 g | 50 g] **Kochwasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 3,5** pürieren.

Tipp: Wenn Du Dein Pürree feiner magst, schiebe alles mit dem Spatel nach unten und püriere noch einmal 5 Sek./Stufe 3,5.



Anrichten

Kartoffelpürree, **Gurkenpommes** und **Mais-Fritters** auf Teller verteilen und mit dem **Schmand-Dip** genießen.

Guten Appetit!

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

