



Marokkanischer Rindfleisch-Burger

mit würziger Zwiebelade und Kartoffelspalten

FAMILY HIGHLIGHT



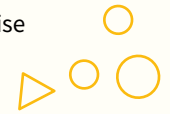
WOW!

- Salatherz (Romana)
- Gewürzmischung
- Rinderhackfleisch
- Tomate
- Burgerbrötchen
- rote Zwiebel
- Rotweinessig
- Joghurt (3,5 % Fett)
- vorw. festk. Kartoffeln

Mahl Zeit zum Suchen



Dein Burger hat heute einen besonderen Twist:
 Unsere aufregende marokkanische Gewürzmischung sorgt für die typische aromatische Note, die man aus dem bunten Marokko kennt.
 Geheime Gewürzmischung? Genau! Mach Dich auf die Spurensuche und finde in der Kochbox und auf den Verpackungen Hinweise zu den Zutaten unserer geheimen Rezeptur!



30 Minuten Stufe 2

Neuentdeckung Zeit sparen

Tag 1-2 kochen



HelloFresh Familienkoch Marco



MITMACH-TIPP FÜR KIDS

Wenn Ihr Eure Kinder mit ins Kochgeschehen einbinden möchtet, lasst Sie doch beim Vermengen des **Hackfleischs** helfen. Also Ärmel hochkrempeln, Hände waschen und los geht's!



LOS GEHT'S

Wascht **Gemüse** und **Salat** ab. Zum Kochen benötigt Ihr **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 große Schüssel** und **1 kleine Pfanne**.



1 WEDGES BACKEN
Heizt den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.

Ungeschälte **Kartoffeln** in Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für die Burgerbrötchen lassen).

Mit **Olivenöl*** beträufeln, **salzen*** und **pfeffern***.

Auf der mittleren Schiene im Backofen 15 – 20 Min. backen, bis die **Wedges** innen weich sind.



2 GEMÜSE VORBEREITEN
Rote Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Salatblätter vom Strunk abschneiden.

Tomate vom Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden.



3 PATTYS FORMEN
In einer großen Schüssel **Rinderhackfleisch** gut mit der **Gewürzmischung** vermischen, etwas **salzen*** und aus dieser Masse 2 [3|4] gleich große **Pattys** formen.



4 PATTYS BRATEN
In einer kleinen Pfanne **Öl*** erhitzen und **Pattys** und **Zwiebelstreifen** hineingeben.

Pattys auf jeder Seite ca. 4 Min. braten und anschließend aus der Pfanne nehmen.

Zwiebelstreifen mit **Rotweinessig** und **Wasser*** ablöschen und 7 – 8 Min. leicht köcheln lassen.

★ **TIPP:** Wenn Du Dein Fleisch gut durchgebraten magst, gib es ca. 5 Min. zu den **Wedges** in den Backofen.



5 BROT AUFBACKEN
Burgerbrötchen in den letzten 2 – 5 Min. vor Ende der Backzeit zum Aufbacken mit in den Backofen geben.

Burgerbrötchen aufschneiden, Unterseite mit einem Klecks **Zwiebelmarmelade** bestreichen, mit **Pattys**, **Salatblättern** und **Tomatenscheiben** belegen.

Mit ein wenig **Joghurt** abschließen und **Burger** zusammen mit den **Kartoffelwedges** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	500 g	800 g	1000 g
rote Zwiebel DE	2	3	4
Salatherz (Romana)	1	1	1
Tomate NL ES	1	1	2
Rinderhackfleisch	300 g	450 g	600 g
Gewürz "Marokkanischer Rindfleischburger"	8 g	16 g	16 g
Rotweinessig 1) 11)	12 ml	24 ml	24 ml
Burgerbrötchen 1) 8)	2	3	4
Joghurt (3,5 % Fett) 5)	100 g	150 g	200 g
Olivenöl*	1 EL	1½ EL	2 EL
Öl*	1 EL	1½ EL	2 EL
Wasser*	50 ml	75 ml	100 ml
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	100 g	PORTION (ca. 750 g)
Brennwert	553 kJ/132 kcal	4146 kJ/991 kcal
Fett	6 g	48 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	19 g
Kohlenhydrate	12 g	90 g
- davon Zucker	2 g	16 g
Eiweiß	6 g	46 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	0 g	1 g

ALLERGENE

1) Weizen 5) Milch 8) Sesam
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien, NL: Niederlande

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

f i y p #HelloFreshDE

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