

# MEDITERRANES FOCACCIA-SANDWICH, gefüllt mit Antipasti, Tomatencreme und Mozzarella

FAMILY



Mozzarella



rote Spitzpaprika



Balsamiccreme



Rosmarinweig



Tomatenpesto



Knoblauchzehe



Focaccia (Tomate)



Zucchini



Basilikumpaste



saure Sahne

## Marcos Tipps für Kids



Mit Rosmarin sparsam umgehen und nur sehr dezent würzen.  
Kleine Kinder schmecken intensiver und können daher auf ein  
Zuviel schnell empfindlich reagieren.

Trotzdem: Auf Kräuter und Gewürze zu setzen ist wichtig.  
Denn nur so kann sich bei den Kindern der Geschmack dafür entwickeln.

35 [35] Min.

45 [45] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Veggie

Wascht **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupft die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigt Ihr **1 Gitterrost**, **1 große Schüssel** und **1 kleine Schüssel**.



## 1 VAROMA-GEMÜSE VORBEREITEN

**Zucchini** schräg in 0,5 cm breite Scheiben schneiden.

**Spitzpaprika** halbieren, entkernen und in 1 cm breite Streifen schneiden.

**Knoblauch** abziehen und längs vierteln.

Rühaufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitze frei bleiben.

**Gemüse** und **Knoblauch** in den Varoma-Behälter geben, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und **Rosmarinzwig** dazwischenstecken.

Varoma verschließen.



## 4 DRESSING VORBEREITEN

In einer großen Schüssel **Balsamicoreme** und 3 EL [4 EL] **Olivenöl\*** verrühren. Varoma abnehmen und öffnen (**Vorsicht: heiß!**), **Rosmarinzwig** entfernen und heißes **Gemüse** zum **Dressing** in die Schüssel geben. Mischen, mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken und **Antipasti-Gemüse** ziehen lassen, bis die **Focaccia** gebacken ist.



## 2 DAMPFGAREN

350 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **13 Min./Varoma/ Stufe 1** garen.

Währenddessen den Backofen auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vorheizen und mit dem Rezept fortfahren.

★ **TIPP:** Den Ofen benötigt Ihr später, um die **Focaccia** aufzubacken, Ihr könnt sie aber auch auf einen Toaster legen oder in der Pfanne braten.



## 5 FOCACCIA BACKEN

**Focaccia** auf ein Gitterrost legen und für 5 Min. im Ofen aufbacken. Danach aus dem Ofen holen und aufschneiden.



## 3 SCHNEIDEN & RÜHREN

**Mozzarella** in Scheiben schneiden.

**Tomatenpesto** und **saure Sahne** in eine kleine Schüssel geben, verrühren und nach Geschmack mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## 6 ANRICHTEN

**Focaccia** mit **Tomatencreme** bestreichen. Mit **Varoma-Gemüse** und **Mozzarellascheiben** belegen. Mit **Basilikumpaste** beträufeln, zusammenklappen und genießen.

# 3 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	3P	4P
Mozzarella 5)	1½ ☉	2
rote Spitzpaprika ES	1½ ☉	2
Balsamicoreme 1) 11)	18 ml ☉	24 ml
Rosmarinzwig	¾ ☉	1
Knoblauchzehe ES	1	2
Focaccia (Tomate) 1)	3	4
Zucchini ES	1	2
Basilikumpaste	18 ml ☉	24 ml
Tomatenpesto 11)	40 g ☉	50 g
saure Sahne 5)	150 g	300 g
Wasser* für Schritt 2		350 g
Olivenöl* für Schritt 4	3 EL	4 EL
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. 450 g)
Brennwert	604 kJ/144 kcal	2.605 kJ/623 kcal
Fett	7,66 g	33,04 g
- davon ges. Fettsäuren	3,40 g	14,68 g
Kohlenhydrate	12,68 g	54,68 g
- davon Zucker	2,53 g	10,93 g
Eiweiß	5,85 g	25,21 g
Salz	0,655 g	2,823 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

- 1) Glutenthaltiges Getreide 5) Milch
- 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

### URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien

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

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

**Guten Appetit!**