

Mini-Maultaschen mit Bacon und Kresse

dazu Rahmwirsing und Pekannuss-Topping

Zeit sparen Family unter 650 Kalorien 15 Minuten • 752 kcal • Tag 2 kochen

15



vegane Mini-Maultaschen



Kochsahne



Bacon (Streifen)



Wirsing (geschnitten)



Gewürzmischung „Muskat“



Petersilie glatt



Schnittlauch



Grüne Kresse



Pekannusskerne



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

Gut, im Haus zu haben

Öl*, Wasser*, Pfeffer*, Salz*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
vegane Mini-Maultaschen 10) 15)	400 g	650 g	800 g
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
Bacon (Streifen)	80 g	100 g	160 g
Wirsing (geschnitten) DE	375 g	500 g	750 g
Gewürzmischung „Muskat“ 10)	5 g	7,5 g**	10 g
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Grüne Kresse	20 g	20 g	20 g
Pekanuskerne 26)	15 g	20 g	30 g
Öl*, Wasser*, 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. 570 g)
Brennwert	551 kJ/132 kcal	3148 kJ/752 kcal
Fett	5,95 g	34,00 g
– davon ges. Fettsäuren	2,25 g	12,87 g
Kohlenhydrate	12,23 g	69,86 g
– davon Zucker	2,18 g	12,46 g
Eiweiß	5,09 g	29,09 g
Salz	0,926 g	5,290 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) **10)** Sellerie **15)** Weizen **26)** Pecannüsse

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland

1



2



3



Maultaschen braten

In einer großen Pfanne **Pekannüsse** ohne Fettzugabe rösten, bis sie duften.

Dann aus der Pfanne nehmen, kurz abkühlen lassen und grob hacken.

Kräuter fein hacken.

In der gleichen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen, **Maultaschen** darin ca. 3 Min. unter Wenden goldbraun anbraten.

Tipp: Verwende 2 Pfannen für 4 Personen.

Gemüse anbraten

Bacon mit in die Pfanne geben und weitere 3 Min. anbraten.

Wirsing zugeben und weitere 3 Min. braten.

Maultaschen mit **Sahne** und 75 ml [100 ml | 150 ml] **Wasser*** ablöschen.

Gewürzmischung zugeben und einmal aufkochen lassen, bis die **Soße** ein bisschen eingedickt und das **Gemüse** weich ist.

Maultaschen vollenden

Gehackte **Kräuter** zu der **Soße** geben.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Mini-Maultaschen auf Teller verteilen, mit gehackten **Pekannüssen** und **Kresse** bestreuen und genießen.

Guten Appetit!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in Deiner Box fehlt!

