

# Patatas bravas! Spanische Backkartoffeln dazu Oliven, Rucola, getrocknete Tomaten und Aioli

Vegetarisch unter 650 Kalorien 30 – 40 Minuten • 579 kcal • Tag 3 kochen



Kartoffeln (Drillinge)



Geschwärzte Oliven



Hirtenkäse



Kirschtomaten



Aioli



Joghurt



Rucola



getrocknete Tomaten



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

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Basiszutaten

Salz\*, Pfeffer\*, Olivenöl\*, Weißweinessig\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier und 2 kleine Schüsseln

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	1000 g	1200 g
Geschwärtzte Oliven	50 g	100 g	100 g
Hirtenkäse 7)	100 g	150 g	200 g
Kirschtomaten	125 g	125 g	250 g
Aioli 8) 9)	30 g	50 g	60 g
Joghurt 7)	75 g	100 g	150 g
Rucola	75 g	100 g	150 g
getrocknete Tomaten	50 g	75 g	100 g

\*\*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. 560 g)
Brennwert	432 kJ/103 kcal	2423 kJ/579 kcal
Fett	4,67 g	26,20 g
- davon ges. Fettsäuren	1,56 g	8,74 g
Kohlenhydrate	10,77 g	60,44 g
- davon Zucker	2,07 g	11,64 g
Eiweiß	3,81 g	21,36 g
Salz	0,690 g	3,870 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) 8) Eier 9) Senf

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



## Vorbereitung

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Ungeschälte **Kartoffeln** vierteln oder achteln.

**Kartoffelstücke** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL]

**Olivenöl\*** beträufeln und mit etwas **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## Kartoffeln backen

**Kartoffeln** auf der mittleren Schiene im Backofen 25 – 35 Min. backen, bis sie weich und goldbraun sind.



## In der Zwischenzeit

**Rucola** in mundgerechte Stücke schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren.



## Oliven schneiden

**Öl** der **getrockneten Tomaten** in eine kleine Schüssel abgießen und mit 1 TL [1,5 TL | T EL] **Essig\***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Wasser\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zum **Dressing** verrühren.

**Getrocknete Tomaten** grob hacken.

**Oliven** in Ringe schneiden.



## Aioli zubereiten

In einer zweiten kleinen Schüssel **Aioli** mit **Joghurt** verrühren. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Anrichten

Zerkleinerten **Rucola** auf tiefen Tellern verteilen.

**Kirschtomatenhälften**, **getrocknete Tomaten** und **Oliven** darauf anrichten.

Mit **Vinaigrette** beträufeln und den **Hirtenkäse** darüber zerbröseln.

**Kartoffeln** daneben anrichten und mit **Aioli** genießen.

**Guten Appetit!**

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

