



SCHWEINELACHS IM BACONMANTEL,

dazu Petersilienkartoffeln und Champignonrahm



HELLO KARTOFFEL

Kartoffeln halten lange satt und versorgen uns mit verschiedenen Vitaminen und besonders hochwertigem Eiweiß, das unser Körper optimal verwerten kann.



Schweinelachs



Bacon (Scheiben)



Kartoffeln



Champignons



Kochsahne



Petersilie



Zwiebel



Karotten



mittelscharfer Senf



Tomatenmark

30-40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe **2** Tag **1-5** kochen

leichter Genuss Zeit sparen

Bist Du ein Fan der traditionellen, deftigen Küche? Dann kommst Du heute voll auf Deine Kosten! Denn es gibt klassische Schweinelachssteaks, eingewickelt in Bacon. Dazu Petersilienkartoffeln, in die wir noch eine Portion Gemüse in Form von Karottenscheibchen gesteckt haben. Richtig lecker wird die Kombination aber erst mit der cremigen Champignon-Sahne-Soße, die bestimmt einige „Mjams!“ am Tisch entlocken wird. Lass es Dir schmecken!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Zum Kochen benötigst Du **1 großen Topf**, **1 Sieb** und **1 große Pfanne**.



1 KARTOFFELN GAREN

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**.

Kartoffeln schälen und vierteln. In einen großen Topf reichlich kaltes Wasser geben, **salzen*** und **Kartoffelviertel** zugeben. Wasser einmal aufkochen lassen und **Kartoffelviertel** für 8 – 10 Min. köcheln lassen.

In der Zwischenzeit kannst Du mit der Zubereitung fortfahren.



2 KAROTTEN ZUBEREITEN

Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Ca. 7 Min. vor Ende der **Kartoffel-Garzeit** **Karottenscheiben** in ein Sieb geben, über den Topf hängen und zugedeckt dämpfen lassen.



3 VORBEREITEN

Zwiebel abziehen und in dünne Streifen schneiden.

Champignons vierteln.
Schweinelachssteaks mit der **Hälfte** vom **Senf** einstreichen und mit je **2 Baconscheiben** umwickeln.



4 FLEISCH BRATEN

In einer kalten großen Pfanne ohne Zugabe von Fett **Schweinelachs** mit der **Baconnaht** nach unten bei mittlerer Hitze je Seite ca. 7 Min. knusprig braten, aus der Pfanne nehmen und kurz ruhen lassen. Während Du das **Fleisch** brätst, **Petersilienblätter** fein hacken.



5 SOSSE KOCHEN

Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In der Pfanne ohne Zugabe von Fett **Champignonviertel** und **Zwiebelstreifen** 3 – 4 Min. bei mittlerer Hitze anbraten. 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Tomatenmark** zufügen und 1 weitere Min. anbraten, mit **Sahne** ablöschen, restlichen **Senf** unterrühren und 2 – 3 Min. einköcheln lassen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Kartoffeln abgießen, 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Butter*** und **Petersilie** unterrühren. **Schweinesteaks**, **Petersilienkartoffeln**, **Karottengemüse** auf Teller verteilen und mit **Champignon-Rahm-Soße** genießen.

★ **TIPP:** Wenn Du Lust auf einen **Kartoffel-Karotten-Stampf** hast, kannst Du einfach **Kartoffeln** und **Karotten** zusammen mit **Butter** und **Petersilie** stampfen.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Kartoffeln	500 g	800 g	1.000 g
Karotten DE	2	3	4
Zwiebel DE	1	1	2
Champignons	100 g	150 g	200 g
Schweinelachs	280 g	420 g	560 g
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	10 ml	20 ml
Bacon (Scheiben)	80 g	120 g	160 g
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Tomatenmark	1 EL ☉	1½ EL ☉	2 EL
Kochsahne 5)	200 ml	200 ml	400 ml
Butter* 5) für Schritt 6	1 EL	1½ EL	2 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. 750 g)
Brennwert	415 kJ/99 kcal	3.159 kJ/755 kcal
Fett	5 g	35 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	18 g
Kohlenhydrate	8 g	58 g
– davon Zucker	2 g	17 g
Eiweiß	6 g	49 g
Salz	1 g	2 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind alle die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

ALLERGENE

4) Senf 5) Milch

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at