SCHWEINELACHS IM BACONMANTEL,

dazu Kartoffeln, Karotten und Champignonrahm

HELLO KARTOFFEL

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

- Schweinelachssteaks
- Bacon (Scheiben)
- Kochsahne
- Tomatenmark
- mittelscharfer Senf
- Zwiebel
- Karotten
- Kartoffeln
- Champignons

30 [35 | 40] Min. *45 [45 | 45] Min.*

Stufe 3 *Thermomix kocht*

Tag 1 – 5 kochen

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken..
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 große Pfanne** und **2 tiefe Teller**.

1 FÜR DIE KARTOFFELN

Kartoffeln schälen, vierteln und in den Varoma-Behälter füllen. **Salz*** und **Pfeffer*** zu den **Kartoffelstücken** geben, gut mischen und darauf achten, dass genügend Garschlitze frei bleiben.

2 IM VAROMA DAMPFGAREN

Karotten schälen, in dünne Scheiben schneiden und auf den Varoma-Einlegeboden geben, dabei darauf achten, dass die seitlichen Garschlitze frei bleiben. Varoma-Einlegeboden in den Varoma-Behälter einsetzen und Varoma verschließen. 500 g **Wasser*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **28 Min./ Varoma/Stufe 1** garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

3 SOSSE & FLEISCH VORBEREITEN

Zwiebel abziehen und in dünne Streifen schneiden.

Champignons vierteln.

Schweinelachssteaks mit der **Hälfte** des **Senfs** bestreichen und mit je 2 **Baconscheiben** umwickeln.

4 FLEISCHPÄCKCHEN BRATEN

Schweinelachs mit **Baconhülle** in eine kalte große Pfanne (ohne Zugabe von Fett) legen. Mittlere Hitze einstellen und **Fleischpäckchen** je Seite ca. 5 Min. braten, bis der **Bacon** knusprig ist. Gebratenes **Fleisch** auf einen großen Teller legen und mit einem zweiten Teller abdecken, um die **Steaks** warm zu halten. ★ ***TIPP:*** *Leg Bacon immer in die kalte Pfanne und erhitze langsam, damit der Bacon knusprig wird.*

5 SOSSE KOCHEN

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 Min. anbraten, mit **Sahne** ablöschen, restlichen **Senf** unterrühren und 2 – 3 Min. einköcheln lassen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

6 ANRICHTEN

Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen und 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Butter*** zu den **Kartoffeln** geben und unterheben. **Schweinesteaks** im **Baconmantel**, **Kartoffeln** und **Karottenscheiben** auf Teller verteilen. **Champignon-Rahm-Soße** dazu anrichten und genießen.

Guten Appetit!

2 – 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Karotten NL	2	3	4
Zwiebel DE	1	1	2
Champignons	100 g	150 g	200 g
Schweinelachssteaks	280 g	420 g	560 g
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	10 ml	20 ml
Bacon (Scheiben)	80 g	120 g	160 g
Tomatenmark	1 EL ⚭	1½ EL ⚭	2 EL
Kochsahne 5)	200 ml	200 ml	400 ml
Wasser* für Schritt 2	500 g		
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. 700 g)
Brennwert	420 kJ/100 kcal	2.979 kJ/712 kcal
Fett	5,55 g	39,35 g
– davon ges. Fettsäuren	2,89 g	20,45 g
Kohlenhydrate	7,11 g	50,38 g
– davon Zucker	2,39 g	16,93 g
Eiweiß	6,74 g	47,72 g
Salz	0,399 g	2,830 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

4) Senf 5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland NL: Niederlande

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

HelloFRESH