



# Veggie Tex Mex Mushroom Burger mit Nachos und Guacamole

Family Zeit sparen Vegetarisch 15 Minuten • 5263 kJ/1258 kcal • Tag 5

15

EXPRESS REZEPT



Briochebrötchen



Pilz-Käse-Patty  
mit Pinienkernen



Joghurt



Avocado



Tortilla Chips



rote Paprika



Mais



Käse-Mix



BBQ-Soße



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

Gut, im Haus zu haben

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Was Du benötigst

1 große Pfanne, 1 Pürierstab, 1 Sieb und  
1 hohes Rührgefäß

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Briochebrötchen 7) 8)	2	3	4
15) DE Pilz-Käse-Patty mit Pinienkernen 7) 8)	2	3	4
Joghurt 7)	100 g	150 g	200 g
Avocado CL   PE   MX   KE   ZW   CO   MA   ES   IL   DO	1	2	2
Tortilla Chips	150 g	225 g	300 g
rote Paprika NL   BE   ES	1	1	2
Mais	160	340	340
Käse-Mix 7)	50 g	75 g	100 g
BBQ-Soße 9) 10)	40 ml	60 ml	80 ml
Öl*	Angaben im Text		
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. 610 g)
Brennwert	842 kJ/201 kcal	5263 kJ/1258 kcal
Fett	10,70 g	67,54 g
– davon ges. Fettsäuren	2,43 g	16,50 g
Kohlenhydrate	20,23 g	125,81 g
– davon Zucker	5,18 g	34,48 g
Eiweiß	5,05 g	23,45 g
Salz	0,719 g	4,064 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 10) Sellerie 15) Weizen

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

**Ursprungsländer:** CL: Chile PE: Peru MX: Mexiko KE: Kenia

ZW: Simbabwe CO: Kolumbien DO: Dominikanische Republik

MA: Marokko IL: Israel ES: Spanien NL: Niederlande BE: Belgien

1



2



3



## Kleine Vorbereitung

**Burgerbrötchen** aufschneiden.

**Paprika** halbieren, entkernen und Hälften in 1 cm große Würfel schneiden.

**Mais** durch ein Sieb abgießen.

**Avocado** halbieren, entkernen und **Fruchtfleisch** mit einem Löffel herauslösen.

In einem hohen Rührgefäß **Avocado** und **Joghurt** mithilfe eines Pürierstabs fein mixen.

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

## Für den Burger

**Burgerbrötchen** auf der Schnittseite kurz in einer großen Pfanne toasten und beiseitestellen.

In der großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen.

**Paprika** und **Pilz-Käse-Patty** in die Pfanne geben und 3 – 5 Min. je Seite braten. Nach dem ersten Wenden **Käse** auf das **Patty** streuen und für 2 Min. den Deckel aufsetzen, sodass der **Käse** schmilzt.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

## Anrichten

**Tortilla Chips** auf dem Teller verteilen und mit **Mais** und gebratenen **Paprikawürfeln** vermengen.

Den Großteil **Avocadocrème** in Klecksen mit einem Löffel über die **Tortilla Chips** verteilen.

**Brötchenhälften** mit restlicher **Avocadocrème** bestreichen. Mit **Patty** belegen und mit der **BBQ-Soße** und ein paar **Tortilla Chips** toppen. Obere **Brötchenhälfte** auf den **Burger** setzen und zu den **Nachos** auf dem Teller anrichten.

## 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>

