



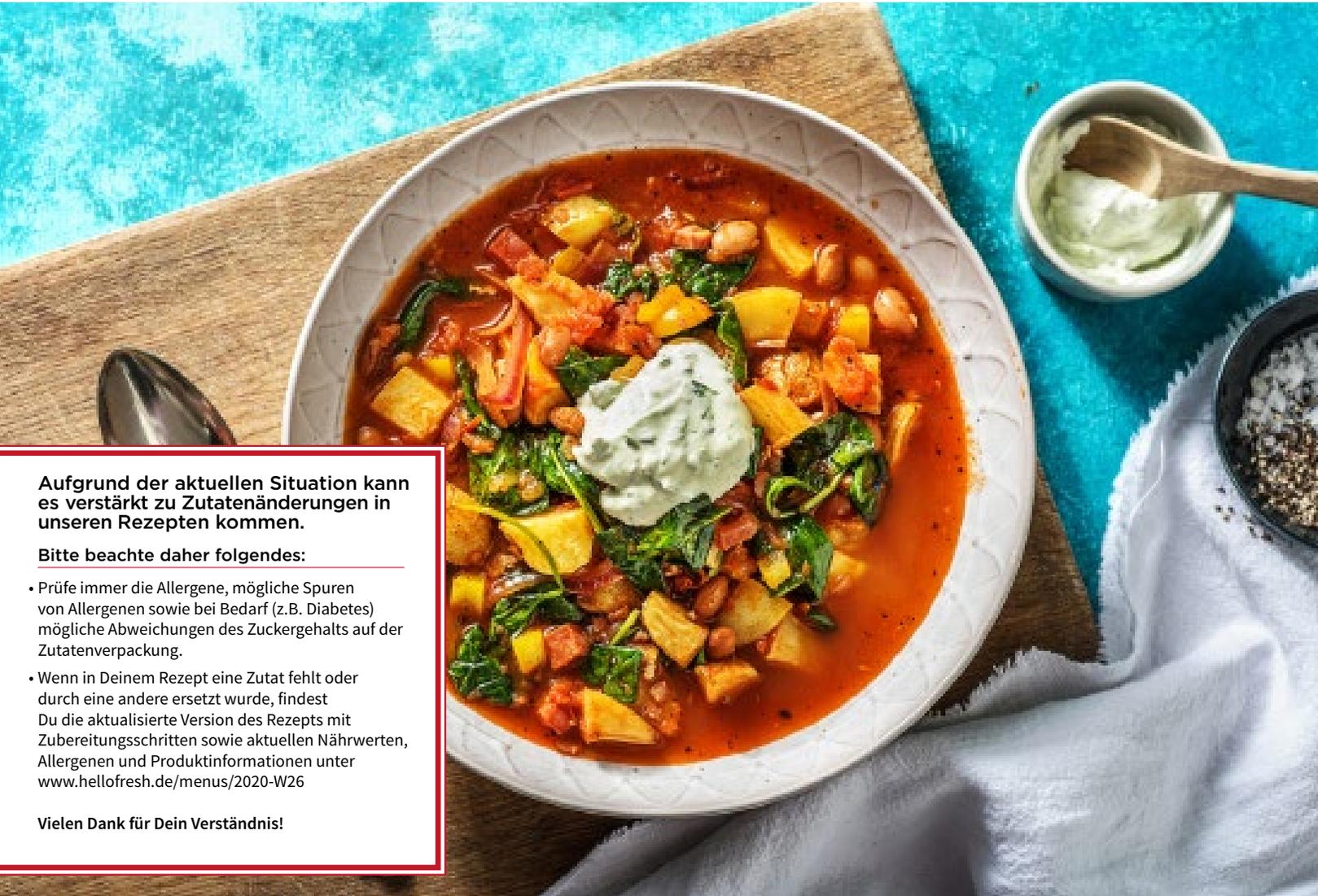
WÜRZIG-SCHARFER BORLOTTI-BOHNEN-EINTOPF

mit Chorizo, Bacon und cremigem Kräuterschmand

Die wöchentliche Empfehlung
von Ruth Moschner



RUTHS
Tipp



Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.

Bitte beachte daher folgendes:

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter www.hellofresh.de/menus/2020-W26

Vielen Dank für Dein Verständnis!



Bacon (Würfel)



Chorizo



Tomaten



Kartoffeln (Drillinge)



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Babyspinat



Schmand



Borlotti-Bohnen



gelbe Paprika



Petersilie



Schnittlauch



Gewürzmischung
„Eintopf“



Rotweinessig

20 [20 | 20] Min. 35 [40 | 40] Min.

Stufe 2 Thermomix übernimmt alles

Tag 1 – 5 kochen

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **2 kleine Schüsseln** und **1 große Schüssel**.



1 KRÄUTERSCHMAND ZUBEREITEN

Schnittlauch in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben.
Petersilienblätter abzupfen, zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
Schmand, Salz* und **Pfeffer*** zugeben, **5 Sek./Stufe 3** mischen und in eine kleine Schüssel umfüllen. Bis zum Servieren kalt stellen.
Tomaten halbieren, Strunk entfernen, in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 6** mixen und in eine kleine Schüssel umfüllen.



4 DAMPFGAREN

Rotweinessig, 100 g [150 g | 200 g] **Wasser***, zerkleinerte **Tomaten, Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben. Varoma aufsetzen und **20 Min./Varoma/↻/Stufe 1** garen.

Währenddessen **Bohnen** durch den Varoma-Einlegeboden abgießen und mit kaltem Wasser spülen.



2 DÜNSTEN

Mixtopf spülen und trocknen.
Zwiebel und **Knoblauch** abziehen, **Zwiebel** halbieren, beides in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
Chorizo in 0,5 cm große Würfel schneiden. **Baconwürfel, Chorizowürfel** und 5 g [10 g | 10 g] **Öl*** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./120 °C/↻/Stufe 1** dünsten. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



5 WEITER DAMPFGAREN

Nach den 20 Min. Varoma abnehmen, vorsichtig öffnen, Varoma-Einlegeboden einsetzen, Varoma wieder verschließen, aufsetzen und **5 Min./Varoma/↻/Stufe 1** weitergaren.

Währenddessen **Babyspinat** in eine große Schüssel geben.

Varoma abnehmen. **Bohnen, Kartoffeln** und **Paprika** in die große Schüssel auf den **Spinat** geben.



3 GEMÜSE VORBEREITEN

Rühraufsatz in den Varoma-Behälter legen, damit genügend Garschlitze frei bleiben. **Kartoffeln** (je nach Geschmack schälen) in ca. 1 cm große Stücke schneiden und in den Varoma-Behälter geben. **Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm große Würfel schneiden. **Paprikawürfel** auf die **Kartoffeln** geben. **Kartoffeln** und **Paprika** mit der **Gewürzmischung, Salz*** und **Pfeffer*** würzen und Varoma verschließen.



6 ANRICHTEN

Tomaten-Speck-Brühe aus dem Mixtopf in die Schüssel zugießen und alles unterrühren. **Eintopf** vorsichtig mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Eintopf** auf Teller verteilen, **Kräuterschmand** daraufgeben und genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Bacon (Würfel)	80 g	100 g	100 g
Chorizo 5) 10)	60 g	80 g	120 g
Tomate DE	4	6	8
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	600 g	800 g
rote Zwiebel NL	1	1	2
Knoblauchzehe ES	½ ☺	¾ ☺	1
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
Schmand 5)	150 g	225 g ☺	300 g
Borlotti-Bohnen	1 (klein)	1 (groß)	1 (groß)
gelbe Paprika NL	1	1	2
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Gewürzmischung „Eintopf“	3 g	4 g ☺	6 g
Rotweinessig 1) 11)	12 ml	18 ml ☺	24 ml
Öl* für Schritt 2	5 g	10 g	10 g
Wasser* für Schritt 4	100 g	150 g	200 g
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. 850 g)
Brennwert	359 kJ/86 kcal	3.121 kJ/746 kcal
Fett	4,02 g	34,99 g
- davon ges. Fettsäuren	1,14 g	9,91 g
Kohlenhydrate	6,67 g	58,07 g
- davon Zucker	1,92 g	16,71 g
Eiweiß	3,24 g	28,21 g
Salz	0,508 g	4,423 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

- 1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 10) Sojabohnen
- 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar.