



Californian Sandwich! mit Avocado und Cream Cheese, dazu Ofenkartoffeln und Salat

Vegetarisch **Wenig Vorbereitung** 30 – 35 Minuten • 925 kcal • Tag kochen

30



Drillinge



Gewürzmischung „Hello Patatas“



Steinofenbaguette



Frühlingszwiebel



Doppelrahmfrischkäse



Gewürzmischung „Piri-Piri“



geriebener Hartkäse



Rüebli



Salatmischung



Sahnejoghurt



Limette



Avocado



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

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Olivenöl*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 grosse Schüssel,
1 kleine Schüssel und 1 Gemüseraffel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	4P
Drillinge	1 x 400 g	1 x 800 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“ Steinofenbaguette 15) 16)	1 x 4 g	2 x 4 g
Frühlingszwiebel	1 x 250 g	2 x 250 g
Doppelrahmfrischkäse 7)	1 x 25 g	2 x 25 g
Gewürzmischung „Piri-Piri“ geriebener Hartkäse 7) 8)	1 x 4 g	2 x 4 g
Rüebli	1 x 20 g	1 x 40 g
Salatmischung	1 x 100 g	2 x 100 g
Sahnejoghurt 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Limette	1 x 75 g**	1 x 75 g
Avocado	1 x 144 g	2 x 144 g
Öl*, Olivenöl*	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. 634 g)
Brennwert	611 kJ/146 kcal	3869 kJ/925 kcal
Fett	6.73 g	42.66 g
- davon ges. Fettsäuren	2.95 g	18.66 g
Kohlenhydrate	17.03 g	107.88 g
- davon Zucker	2.99 g	18.91 g
Eiweiss	3.80 g	24.06 g
Salz	0.614 g	3.888 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 15) Weizen 16) Gerste

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



Kartoffeln backen

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

Gewaschene **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, dabei Platz für das Baguette lassen.

Kartoffeln mit 1 EL [2 EL] **Öl***, **Gewürzmischung** „Hello Patatas“, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. backen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



Baguette backen

Baguette quer halbieren, dann der Länge nach aufschneiden.

Die Schnittflächen zuerst mit **Doppelrahmfrischkäse** bestreichen, dann mit „Hello Piri Piri“ und **Salz*** bestreuen.

Mit **Hartkäse** und weissen **Frühlingszwiebelringen** toppen. **Baguettehälften** neben die **Kartoffeln** legen und 10 – 12 Min. mitbacken, bis sie knusprig sind.

Tipp: Nutze für 4 Personen am besten 2 Backbleche.



Für den Dip

Limette in 6 Spalten schneiden.

In einer kleinen Schüssel **Joghurt** mit **Salz***, **Pfeffer*** und einigen Tropfen **Limettensaft** verrühren.

Weissen und grünen Teil der **Frühlingszwiebeln** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.



Für den Salat

In einer grossen Schüssel **Soft** von 1 [2] **Limettenspalten**, 1 EL [2 EL] **Olivenöl*** und 1 EL [2 EL] **Dip** verrühren.

Rüebli schälen und in die grosse Schüssel reiben.

Salatmischung und **grüne Frühlingszwiebelringe** ebenfalls in die grosse Schüssel geben und gut durchmischen.



Fertigstellen

Avocado halbieren, Stein entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in Scheiben schneiden.

Baguettehälften aus dem Ofen nehmen, die unteren Hälften mit etwas **Salat** belegen.

Avocadoscheiben darauf verteilen, mit etwas **Limettensaft** beträufeln und mit den oberen Hälften abdecken.



Anrichten

Sandwiches, restlichen **Salat** und **Ofenkartoffeln** auf Tellern anrichten und mit dem **restlichen Dip** und **restlichen Limettenspalten** geniessen.

En Guete!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in deiner Box fehlt!





Californian sandwich! with avocado and fresh cheese, served with baked potatoes and salad

Vegetarian Not much preparation 30–35 minutes • 925 kcal • Cook on day

30



New potatoes



“Hello Patatas” spice mix



Stone-baked baguette



Spring onion



Fresh cheese



“Piri-Piri” spice mix



Grated hard cheese



Carrot



Mixed salad



Cream yoghurt



Lime



Avocado



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

Good to have at hand

Salt*, pepper*, oil*, olive oil*

Let's get started

Wash the vegetables.

What you need

1 baking tray with baking paper, 1 large bowl, 1 small bowl and 1 vegetable grater.

Ingredients for 2–4 persons

	2P	4P
New potatoes	1 x 400 g	1 x 800 g
Spice mix “Hello Patatas”	1 x 4 g	2 x 4 g
Stone-baked baguette 15 16	1 x 250 g	2 x 250 g
Spring onions	1 x 25 g	2 x 25 g
Fresh cheese 7	1 x 100 g	2 x 100 g
“Piri-Piri” spice mix	1 x 4 g	2 x 4 g
Grated hard cheese 7 8	1 x 20 g	1 x 40 g
Carrots	1 x 100 g	2 x 100 g
Mixed salad	1 x 50 g	1 x 100 g
Cream yoghurt 7	1 x 75 g	2 x 75 g
Lime	1 x 75 g**	1 x 75 g
Avocado	1 x 144 g	2 x 144 g
Oil*, olive oil*	Amounts specified in text	
Salt*, pepper*	According to taste	

*Good to have at hand

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 629 g)
Calories	611 kJ/146 kcal	3.869 kJ/925 kcal
Fat	6.73 g	42.66 g
– incl. saturated fats	2.95 g	18.66 g
Carbohydrate	17.03 g	107.88 g
– incl. sugar	2.99 g	18.91 g
Protein	3.80 g	24.06 g
Salt	0.614 g	3.888 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: **7** Milk (including lactose) **8** Eggs **15** Wheat **16** Barley.

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)



Roast the potatoes

Preheat the oven to 220 °C top/bottom heat (200 °C fan oven). Spread the washed potatoes on a baking tray lined with baking paper, leaving some space for the baguette. Mix the potatoes with 1 tbsp. [2 tbsp.] oil*, “Hello Patatas” spice mix, salt* and pepper* and bake in the oven for 25-30 min. until potatoes are soft.



For the dip

Cut the lime into 6 wedges. In a small bowl, mix the yoghurt with salt*, pepper* and a few drops of lime juice. Cut the white and green parts of the spring onions into thin rings and keep them separate.



For the salad

In a large bowl, combine the juice of 1 [2] lime wedges, 1 tbsp. [2 tbsp.] olive oil* and 1 tbsp. [2 tbsp.] dip. Peel the carrots and grate into the large bowl. Add the mixed salad and green spring onion rings to the large bowl and mix well.



Bake the baguette

Cut the baguette in half crosswise and then lengthwise. First spread fresh cheese over the cut sides, then sprinkle with “Hello Piri Piri” and salt*. Top with hard cheese and white spring onion rings. Place the baguette halves alongside the potatoes and bake for 10-12 min. until crispy. Tip: For 4 people it's best to use 2 baking trays.



Finish

Cut the avocado in half, remove the stone, remove the flesh and cut it into slices. Remove the baguette halves from the oven and top the bottom halves with some of the salad. Place the avocado slices on top, drizzle with a little lime juice and cover with the top halves.



Serve

Serve the sandwiches, the remaining salad and the baked potatoes on plates and enjoy with the remaining dip and lime wedges.

Bon appetit!

Missing an ingredient?

Let us know: Scan the QR code and tell us if something is missing from your box!





Californian Sandwich à l'avocat et cream cheese, pommes de terre au four et salade

Végétarien Préparation rapide 30 – 35 minutes • 925 kcal • Consommer au e jour

30



Pommes de terre grenaille



Mélange d'épices « Hello Patatas »



Baguette cuite au four à pierre



Oignon de printemps



Fromage frais



Mélange d'épices « Piri-Piri »



Fromage râpé



Carottes



Mélange de salades



Yogourt



Citron vert



Avocat



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

Ingédients à toujours avoir chez soi :
Sel*, poivre*, huile*, huile d'olive*.

C'est parti

Laver les légumes.

Ce dont vous avez besoin

1 plaque de four recouverte de papier sulfurisé, 1 saladier, 1 bol et 1 râpe à légumes

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Pommes de terre grenaille	1 x 400 g	1 x 800 g
Mélange d'épices « Hello Patatas »	1 x 4 g	2 x 4 g
Baguette 15 16	1 x 250 g	2 x 250 g
Oignons de printemps	1 x 25 g	2 x 25 g
Fromage frais 7	1 x 100 g	2 x 100 g
Mélange d'épices « Piri-Piri »	1 x 4 g	2 x 4 g
Fromage à pâte dure râpé 7 8	1 x 20 g	1 x 40 g
Carottes	1 x 100 g	2 x 100 g
Assortiment de salade verte	1 x 50 g	1 x 100 g
Yogourt à la crème 7	1 x 75 g	2 x 75 g
Citron vert	1 x 75 g**	1 x 75 g
Avocat	1 x 144 g	2 x 144 g
Huile*, huile d'olive*	Détails dans le texte	
Sel*, poivre*	selon les goûts	

*Ingrédients à toujours avoir chez soi

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 634 g)
Valeur calorique	611 kJ/146 kcal	3.869 kJ/925 kcal
Lipides	6.73 g	42.66 g
- dont acides gras saturés	2.95 g	18.66 g
Glucides	17.03 g	107.88 g
- dont sucre	2.99 g	18.91 g
Protéines	3.80 g	24.06 g
Sel	0.614 g	3.888 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : 7 lait (comprenant du lactose) **8** œufs **15** blé **16** orge

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



1 Cuire les pommes de terre

Préchauffer le four à 220 °C (200 °C pour un four à chaleur tournante). Laver les dés de pomme de terre et les répartir sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé (laisser un de place pour la baguette). Mélanger les pommes de terre avec 1 cs [2 cs] d'huile*, le mélange d'épices « Hello Patatas », du sel* et du poivre* et enfourner pendant 25 à 30 min, jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres.



2 Pour le dip

Couper le citron vert en 6. Dans un bol, mélanger le yogourt avec du sel*, du poivre* et quelques gouttes de jus de citron vert. Couper les oignons de printemps en fines rondelles en séparant les parties verte et blanche.



3 Pour la salade

Dans un saladier, mélanger le jus d'1 [2] quartier(s) de citron vert, 1 cs [2 cs] d'huile d'olive* et 1 cs [2 cs] de sauce. Éplucher les carottes et les râper dans le saladier. Mettre également le mélange de salade et les rondelles vertes d'oignon de printemps dans le grand saladier et bien mélanger.



4 Cuire la baguette

Couper la baguette en deux dans le sens de la largeur, puis en deux dans le sens de la longueur. Badigeonner d'abord les surfaces intérieures de fromage frais/crème fraîche, puis saupoudrer de « Hallo Piri Piri » et de sel*. Garnir de fromage à pâte dure et de rondelles blanches d'oignon de printemps. Placer les moitiés de baguette à côté des pommes de terre et les faire cuire pendant 10 à 12 min jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes. Astuce : Pour 4 personnes, il est conseillé d'utiliser 2 plaques de four.



5 Touche finale

Couper l'avocat en deux, retirer le noyau, extraire la chair et la couper en tranches. Retirer les moitiés de baguette du four, garnir les moitiés inférieures d'un peu de salade. Répartir les tranches d'avocat dessus, arroser d'un peu de jus de citron vert et recouvrir avec les moitiés supérieures.



6 Dresser

Dresser les **sandwichs**, le reste de la **salade** et les **potatoes** de terre sur des assiettes et les déguster avec le reste de la sauce et le reste des quartiers de citron vert. Bon appétit !

Bon appétit !

Il manque un ingrédient ?

Dites-le nous : scannez le QR code et dites-nous s'il manque quelque chose dans ta boîte !

