

# Cheeseburger mit verstecktem Gemüse

## dazu Kartoffelspalten

Family 30 – 40 Minuten • 4.716 kj/1.127 kcal • Tag 3 kochen

14



Brioche Bun



HelloFresh Beef Gehacktes



Rüebli



Käse-Mix



vorw. festk. Kartoffeln



Gewürzmischung  
"Hello Paprika"



Salatherz (Romana)



Saurer Halbrahm



Eschalotte



Tomaten



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

Gut, im Haus zu haben

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Was Du benötigst

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

## Zutaten 2 | 4 Personen

|   | 2P              | 4P        |
|---|-----------------|-----------|
| Brioche Bun <b>7</b> <b>8</b> <b>15</b> | 2 x 80 g        | 4 x 80 g  |
| HelloFresh Beef Gehacktes               | 1 x 250 g       | 1 x 500 g |
| Rüebli                                  | 1 x 100 g       | 2 x 100 g |
| Käse-Mix <b>7</b>                       | 1 x 50 g        | 1 x 100 g |
| vorw. festk. Kartoffeln                 | 1 x 400 g       | 1 x 800 g |
| Gewürzmischung "Hello Paprika"          | 1 x 4 g         | 2 x 4 g   |
| Salatherz (Romana)                      | 1 x 170 g       | 2 x 170 g |
| Saurer Halbrahm <b>7</b>                | 1 x 150 g       | 2 x 150 g |
| Eschalotte                              | 1 x 50 g        | 2 x 50 g  |
| Tomaten                                 | 1 x 100 g       | 2 x 100 g |
| 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. 1.000 g) |
|-------------------------|-----------------|-----------------------|
| Brennwert               | 666 kJ/159 kcal | 4.716 kJ/1.127 kcal   |
| Fett                    | 9.43 g          | 66.78 g               |
| - davon ges. Fettsäuren | 1.13 g          | 7.98 g                |
| Kohlenhydrate           | 11.58 g         | 82.02 g               |
| - davon Zucker          | 2.07 g          | 14.64 g               |
| Eiweiss                 | 6.79 g          | 48.05 g               |
| Salz                    | 0.404 g         | 2.863 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.

(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.

**Kartoffeln** ungeschält je nach Grösse vierteln oder halbieren.

**Kartoffeln** in einer grossen Schüssel mit 1 EL [2 EL] **Öl\*** und der **Gewürzmischung** vermengen.

Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und für 25 – 30 Min. goldbraun backen.

Die Schüssel benötigst Du noch.



## Für die Burger

**Rüebli** schälen und grob raffeln.

**Eschalotte** halbieren, abziehen und fein hacken.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** erhitzen, geraffelte **Rüebli**, **gehackte Eschalotte** und eine Prise **Salz\*** hinzufügen und ca. 3 Min. anschwitzen.

Danach in die grosse Schüssel aus Schritt 1 geben, beiseite stellen und etwas abkühlen lassen.

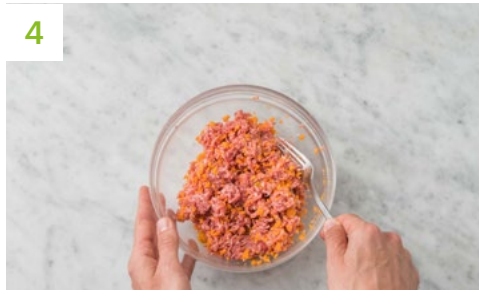


## Für den Belag

In einer kleinen Schüssel **sauren Halbrahm** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

Blätter vom **Salatherz** abtrennen.

Strunk der **Tomate** entfernen und **Tomate** in ca. 0.5 cm dicke Scheiben schneiden.



## Burger braten

**Hackfleisch** in die grosse Schüssel zu den **Rüebli** geben und alles gründlich vermengen.

**Hackfleisch** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und zu 2 [4] flachen **Burgerpatties** formen.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl\*** erhitzen, **Patties** hineingeben.

**Patties** auf der ersten Seite ca. 4 Min. braten.

**Patties** wenden, mit **Käse** bestreuen und weitere 4 Min. braten.

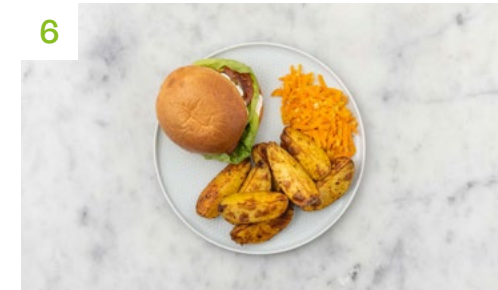
Anschliessend kurz beiseitestellen.

**Tipp:** Wenn Du Dein Fleisch gut durchgebraten magst, gib es ca. 5 Min. zu den **Wedges** in den Backofen.



## Brot aufbacken

**Burgerbrötli** aufschneiden und ca. 2 Min. vor dem Ende der Backzeit zum Aufbacken zu den **Kartoffelwedges** in den Backofen geben.



## Anrichten

Nach dem Aufbacken **Burgerbrötli** aufklappen, beide Seiten mit einem Klecks **Dip** bestreichen.

Die unteren **Brötlihälften** mit **Patties**, **Tomatenscheiben** und **Salatblättern** belegen, dann die beiden Hälften wieder zusammenklappen.

Zusammen mit **Kartoffelwedges** und restlichem **Dip** geniessen.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über [www.hellofresh.ch/freunde](http://www.hellofresh.ch/freunde) ein!



# Cheeseburger with hidden vegetables

served with potato wedges

Family 30-40 minutes • 4.716 kj/1.127 kcal • Cook on day 3

14



Brioche buns



HelloFresh minced beef



Carrots



Cheese mix



Mainly waxy potatoes



"Hello Paprika" spice mix



Lettuce heart (romaine)



Single sour cream



Shallots



Tomatoes



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

Good to have at hand

Oil\*, salt\*, pepper\*

# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

## What you need

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

## Ingredients for 2 | 4 persons

|   | 2P                        | 4P        |
|---|---------------------------|-----------|
| Brioche bun <b>7</b> <b>8</b> <b>15</b> | 2 x 80 g                  | 4 x 80 g  |
| HelloFresh minced beef*                 | 1 x 250 g                 | 1 x 500 g |
| Carrots                                 | 1 x 100 g                 | 2 x 100 g |
| Cheese mix <b>7</b>                     | 1 x 50 g                  | 1 x 100 g |
| Mainly waxy potatoes                    | 1 x 400 g                 | 1 x 800 g |
| Spice mix "Hello Paprika"               | 1 x 4 g                   | 2 x 4 g   |
| Romaine lettuce heart                   | 1 x 170 g                 | 2 x 170 g |
| Single sour cream <b>7</b>              | 1 x 150 g                 | 2 x 150 g |
| Shallots                                | 1 x 50 g                  | 2 x 50 g  |
| Tomatoes                                | 1 x 100 g                 | 2 x 100 g |
| 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. 1.000 g) |
|------------------------|-----------------|---------------------------|
| Calories               | 666 kJ/159 kcal | 4.716 kJ/1.127 kcal       |
| Fat                    | 9.43 g          | 66.78 g                   |
| - incl. saturated fats | 1.13 g          | 7.98 g                    |
| Carbohydrate           | 11.58 g         | 82.02 g                   |
| - incl. sugar          | 2.07 g          | 14.64 g                   |
| Protein                | 6.79 g          | 48.05 g                   |
| Salt                   | 0.404 g         | 2.863 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.

(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).

Cut the unpeeled potatoes into quarters or halves depending on size.

Mix the potatoes in a large bowl with 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* and the spice mix.

Spread on a baking tray lined with baking paper and bake for 25-30 min. until golden brown.

You will need the bowl again.



## For the burgers

Peel and coarsely grate the carrots.

Halve, peel and finely chop the shallot.

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan, add grated carrots, chopped shallots and a pinch of salt\* and sauté for approx. 3 min.

Then transfer to the large bowl from step 1, set aside, and leave to cool a little.



## For the topping

In a small bowl, season the single sour cream with salt\* and pepper\*.

Pick the leaves from the lettuce heart.

Remove stalk from tomato and cut tomato into slices approx. 0.5 cm thick.



## Fry burgers

Add minced meat to the carrots in the large bowl and mix everything well.

Season minced meat with salt\* and pepper\* and make into 2 [4] flat burger patties.

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil\* in a large frying pan and add patties.

Fry the patties on one side for about 4 minutes

Turn the patties over, sprinkle with cheese, and fry for 4 min. more.

Then set aside briefly.

**Tip:** If you like your meat well done, put the patties in the oven with the wedges for approx. 5 min.



## Crisp up bread

Cut the burger buns open and put them in the oven with the potato wedges for about 2 minutes before the end of the baking time to crisp them up.



## Serve

When crisped up, open burger buns and brush both sides with a dollop of dip.

Top the bottom halves of the buns with patties, tomato slices and lettuce leaves, then fold the two halves together again.

Enjoy with the potato wedges and the rest of the dip.

## Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at [www.hellofresh.ch/freunde!](http://www.hellofresh.ch/freunde!)



# Cheeseburger aux légumes cachés accompagné de quartiers de pommes de terre

Famille 30 - 40 minutes • 4.716 kj/1.127 kcal • Cuisiner au 3e jour

14



Petits pains briochés



Viande hachée de bœuf HelloFresh



Carottes



Mélange de fromages



Pommes de terre à chair ferme



Mélange d'épices « Hello paprika »



Cœur de laitue romaine



Crème aigre demi-écrémée



Échalotes



Tomates



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

Ingédients à toujours avoir chez soi  
Huile\*, sel\*, poivre\*

# C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

## Ce dont vous avez besoin

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

## Ingrédients pour 2 | 4 personnes

|                                     | 2 portions | 4 portions |
|-------------------------------------|------------|------------|
| Petit pain brioché <b>7)</b>        | 2 x 80 g   | 4 x 80 g   |
| Bœuf haché HelloFresh <b>8) 15)</b> | 1 x 250 g  | 1 x 500 g  |
| Carottes                            | 1 x 100 g  | 2 x 100 g  |
| Mélange de fromages <b>7)</b>       | 1 x 50 g   | 1 x 100 g  |
| Pommes de terre à chair ferme       | 1 x 400 g  | 1 x 800 g  |
| Mélange d'épices « Hello paprika »  | 1 x 4 g    | 2 x 4 g    |
| Salade (romaine)                    | 1 x 170 g  | 2 x 170 g  |
| Crème aigre demi-écrémée <b>7)</b>  | 1 x 150 g  | 2 x 150 g  |
| Échalote                            | 1 x 50 g   | 2 x 50 g   |
| Tomates                             | 1 x 100 g  | 2 x 100 g  |

Huile\* 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. 1.000 g) |
|----------------------------|-----------------|------------------------|
| Valeur calorique           | 666 kJ/159 kcal | 4.716 kJ/1.127 kcal    |
| Lipides                    | 9.43 g          | 66.78 g                |
| - dont acides gras saturés | 1.13 g          | 7.98 g                 |
| Glucides                   | 11.58 g         | 82.02 g                |
| - dont sucre               | 2.07 g          | 14.64 g                |
| Protéines                  | 6.79 g          | 48.05 g                |
| Sel                        | 0.404 g         | 2.863 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 (y compris le lactose) **8)** œufs **15)** blé.

(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).

Couper les pommes de terre en quartiers ou en moitiés selon la taille en laissant la peau.

Mélanger les pommes de terre dans un saladier avec 1 cs [2 cs] d'huile\* et le mélange d'épices.

Répartir le tout sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé et faire dorer au four 25 à 30 min.

Garder le saladier qui servira à nouveau plus tard.



### 2 Pour les hamburgers

Peler les carottes et les râper grossièrement.

Couper l'échalote en deux, peler et hacher finement.

Dans une grande poêle, faire chauffer 1 cs [2 cs] d'huile\*, ajouter les carottes râpées, l'échalote hachée et une pincée de sel\*, puis faire suer environ 3 minutes.

Verser ensuite dans le saladier de l'étape 1, réserver et laisser refroidir un peu.



### 3 Pour la garniture

Dans un bol, saler\* et poivrer\* la crème aigre demi-écrémée.

Arracher les feuilles de la laitue.

Retirer la partie dure des tomates et couper les tomates en tranches d'env. 0.5 cm.



### 4 Faire cuire les hamburgers

Ajouter la viande hachée aux carottes dans le saladier et bien mélanger le tout.

Assaisonner la viande hachée de sel\* et de poivre\* et former 2 [4] steaks hachés plats.

Dans une grande poêle, chauffer 1 cs [2 cs] d'huile\* et y faire cuire les steaks hachés.

Laisser les steaks hachés cuire sur le premier côté environ 4 min. Retourner les steaks hachés, les recouvrir de fromage et les faire cuire encore 4 min.

Les réserver ensuite brièvement.

**Astuce :** si vous souhaitez une viande bien cuite, ajouter-la env. 5 min. au four à côté des pommes de terre.



### 5 Réchauffer le pain

Couper les petits pains en deux et les mettre au four env. 2 min. avant la fin de la cuisson des frites.



### 6 Dresser

Après la cuisson, ouvrir les petits pains et les recouvrir les deux côtés d'un peu de dip.

Déposer les steaks hachés, les feuilles de laitue sur la moitié inférieure des petits pains, puis les fermer.

Déguster avec les frites et le reste de **dip**.

## Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi !  
Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur [www.hellofresh.ch/freunde](http://www.hellofresh.ch/freunde) !

