



# Deftige „Fleischpflanzerl“ mit Kartoffelstock dazu Nüsslisalat mit knusprigem Speck

Family 40 – 50 Minuten • 3.324 kj/795 kcal • Tag 2 kochen

10



HelloFresh  
gemischtes Gehacktes



Halbrahm



mittelscharfer Senf



mehlig. Kartoffeln



Frühstücksspeck  
in Würfeln



Nüsslisalat



Schnittlauch



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

**Gut, im Haus zu haben**

Pfeffer\*, Salz\*, Öl\*, Gemüsebouillonpulver\*,  
Balsamico-essig\*, Butter\*

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

## Was Du benötigst

1 grossen Topf mit Deckel, 1 grosse Bratpfanne, 1 hohes Rührgefäss, 1 Kartoffelstampfer und 2 grosse Schüsseln.

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
HelloFresh gemischtes Gehacktes	1 x 250 g	1 x 500 g
Halbrahm <b>5)</b>	1 x 250 ml	2 x 250 ml
mittelscharfer Senf <b>4)</b>	2 x 10 ml	4 x 10 ml
mehlig. Kartoffeln	1 x 500 g	1 x 1.000 g
Früstücksspeck in Würfeln	1 x 90 g	2 x 90 g
Nüsslisalat	1 x 75 g	1 x 150 g
Schnittlauch	1 x 10 g**	1 x 10 g
Gemüsebouillonpulver*, Balsamico-essig*, Butter*, 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	637 kJ/152 kcal	3.324 kJ/795 kcal
Fett	9.43 g	49.20 g
- davon ges. Fettsäuren	4.16 g	21.72 g
Kohlenhydrate	8.26 g	43.08 g
- davon Zucker	1.09 g	5.70 g
Eiweiss	7.05 g	36.75 g
Salz	0.221 g	1.155 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 oder Senfzeugnisse **5)** Milch oder Michterzeugnisse (einschliesslich Laktose).

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



## Kartoffeln kochen

**Kartoffeln** schälen und je nach Grösse vierteln oder halbieren.

In einen grossen Topf reichlich **heisses Wasser** füllen, **salzen\*** und einmal aufkochen lassen.

**Kartoffeln** zugeben, Hitze reduzieren und 15 – 20 Min. weich garen. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## Kleine Vorbereitung

**Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden.

In einem hohen Rührgefäss Halbrahm, 4 g | 8 g **Gemüsebouillonpulver\***, die Hälfte vom **Senf** und 50 ml [100 ml] **Wasser\*** miteinander verrühren.

In einer grossen Bratpfanne **Speck** ohne Fettzugabe für 2 – 3 Min. knusprig anbraten.

In einer grossen Schüssel Speckwürfel, 1 EL [2 EL] **Rotweinessig\***, die Hälfte der **Schnittlauchröllchen** und 1 EL [2 EL] **Öl\*** zu einem **Dressing** verrühren.



## Für den Kartoffelstock

**Kartoffeln** abgiessen, 1 EL [2 EL] **Butter\*** und 1 EL [2 EL] vom **Rahmmix** zugeben und **Kartoffeln** zu einem **Kartoffelstock** verarbeiten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken und ggf. warm halten.



## Hacktäschli braten

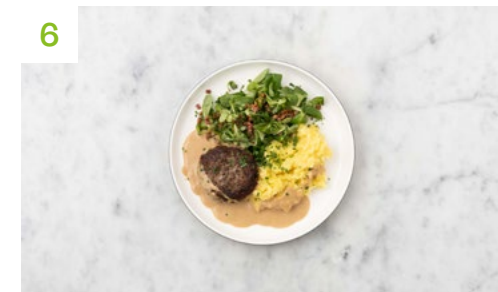
In einer grossen Schüssel **HelloFresh gemischtes Gehacktes** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen, restlichen **Senf** zugeben, alles gut verkneten und 2 Hacktätschli daraus formen.

Die grosse Bratpfanne erneut bei mittlerer Hitze erwärmen. **Hacktäschli** je Seite ca. 6 – 7 Min. anbraten. **Hacktäschli** nach der Garzeit aus der Bratpfanne nehmen und das Bratfett weggiessen.



## Für die Sauce

Bratpfanne mit **Rahmmix** ablöschen und ca. 1 – 2 Min. einköcheln lassen. Danach ggf. mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Hacktäschli** zurück in die Bratpfanne zur **Sauce** geben, ggf. wieder 1 Min. erwärmen.



## Anrichten

**Nüsslisalat** vorsichtig unter das **Dressing** heben und nach Belieben mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Kartoffelstock**, **Hacktäschli**, **Salat** und **Sauce** auf Tellern anrichten. **Kartoffelstock** mit restlichen **Kräutern** toppen.

## En Guete!



# Hearty meat stir-fry and mashed potato, served with lamb's lettuce and crispy bacon

Family 40 – 50 minutes • 3.324 kj/795 kcal • Cook on day 2

10



HelloFresh minced meat



Single cream



Medium-hot mustard



Floury potatoes



Diced bacon



Lamb's lettuce



Chives



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

### Good to have at hand

Pepper\*, salt\*, oil\*, vegetable stock powder\*, balsamic vinegar\*, butter\*

# Let's get started

Wash the vegetables and herbs.

Heat up plenty of water in the kettle.

## What you need

1 large pot with lid, 1 large frying pan, 1 tall mixing bowl, 1 tall mixing bowl, 1 potato masher and 2 large bowls.

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
HelloFresh minced meat	1 x 250 g	1 x 500 g
Single cream 5)	1 x 250 ml	2 x 250 ml
Medium-hot mustard 4)	2 x 10 ml	4 x 10 ml
Floury potatoes	1 x 500 g	1 x 1,000 g
Diced bacon	1 x 90 g	2 x 90 g
Lamb's lettuce	1 x 75 g	1 x 150 g
Chives	1 x 10 g **	1 x 10 g

Vegetable stock powder\*, balsamic vinegar\*, butter\*, 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	637 kJ/152 kcal	3.324 kJ/795 kcal
Fat	9.43 g	49.20 g
- incl. saturated fats	4.16 g	21.72 g
Carbohydrate	8.26 g	43.08 g
- incl. sugar	1.09 g	5.70 g
Protein	7.05 g	36.75 g
Salt	0.221 g	1.155 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:** 4) Mustard or mustard products 5) Milk or milk products (including lactose).

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



## Cooking the potatoes

Peel the **potatoes** and halve or quarter them depending on their size.

Fill a large pot with plenty of **hot water\***, add **salt\*** and bring to the boil. Add potato quarters, reduce heat and cook for 15-20 min. until soft. In the meantime, proceed with the recipe.



## Short preparation

Cut the **chives** into thin rolls.

In a tall mixing bowl, stir together **single cream**, 4 g [8 g] **vegetable stock powder\***, half of the mustard and 50 ml [100 ml] **water\***.

In a large frying pan, fry **bacon** without added fat for 2-3 min. until crispy.

In a large bowl, stir together the diced bacon, 1 tbsp. [2 **tblsp.**] **red wine vinegar\***, half of the **chive rolls** and 1 tbsp. [2 **tblsp.**] **oil\*** to make a **dressing**.



## For the mashed potatoes

Drain potatoes, add 1 **tblsp.** [2 **tblsp.**] **butter\*** and 1 **tblsp.** [2 **tblsp.**] of the **cream mixture**, then mash the **potatoes**. Season with **salt\*** and **pepper\*** and keep warm if necessary.



## Fry meatballs

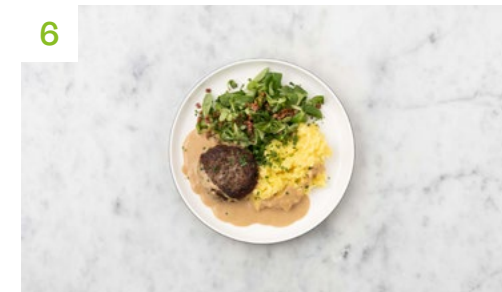
In a large bowl, season **HelloFresh minced meat** with **salt\*** and **pepper\***, add the rest of the **mustard**, knead everything well and make into 2 meatballs.

Heat up the large frying pan again on medium heat. Sauté **meatballs** on each side for approx. 6-7 min. Remove **meatballs** from the frying pan after the cooking time and pour away the frying fat.



## For the sauce

Deglaze frying pan with **cream mixture** and simmer for approx. 1-2 min. Then season with **salt\*** and **pepper\*** if necessary. Return **meatballs** to the **sauce** in the frying pan and reheat for 1 min. if necessary.



## Serve

Carefully mix the **lamb's lettuce** with the **dressing** and season with **salt\*** and **pepper\*** according to taste.

Serve mash, **meatballs**, **salad** and **sauce** on plates. Top mash with the rest of the **herbs**.

**Bon appetit!**

# Fricadelles accompagnées de purée de pommes de terre servies avec une salade de mâche et du bacon croustillant

Famille 40 - 50 minutes - 3.324 kj/795 kcal • Cuisiner au 2e jour

10



Mélange de viande hachée HelloFresh



Crème demi-écrémée



Moutarde mi-forte



Pommes de terre farineuse



Bacon en dés



Mâche



Ciboulette



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

**Ingédients à toujours avoir chez soi**

Poivre\*, sel\*, huile\*, bouillon de légumes en poudre\*, vinaigre balsamique\*, beurre\*

# C'est parti

Laver les légumes et les fines herbes.

Chauffer une grande quantité d'eau dans la bouilloire.

## Ce dont vous avez besoin

1 grande casserole avec couvercle, 1 grande poêle, 1 bol mélangeur, 1 presse-purée et 2 saladiers.

## Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Mélange de viande hachée HelloFresh	1 x 250 g	1 x 500 g
Crème demi-écrémée 5)	1 x 250 ml	2 x 250 ml
Moutarde mi-forte 4)	2 x 10 ml	4 x 10 ml
Pommes de terre	1 x 500 g	1 x 1 000 g
Pommes de terre		
Lardons	1 x 90 g	2 x 90 g
Mâche	1 x 75 g	2 x 150 g
Ciboulette	1 x 10 g **	1 x 10 g
Bouillon de légumes en poudre*, vinaigre balsamique*, beurre*, huile*	Détails dans le texte	

Sel\*, poivre\* selon les goûts

\*Ingrédients à toujours avoir chez soi

\*\*Tenez 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	637 kJ/152 kcal	3.324 kJ/795 kcal
Lipides	9.43 g	49.20 g
- dont acides gras saturés	4.16 g	21.72 g
Glucides	8.26 g	43.08 g
- dont sucre	1.09 g	5.70 g
Protéines	7.05 g	36.75 g
Sel	0.221 g	1.155 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 : 4)** moutarde ou produits à base de moutarde **5)** lait ou produits laitiers (y compris le lactose)

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



## 1 Faire cuire les pommes de terre

Peler les **potatoes** et les couper en deux ou en quatre selon leur taille.

Remplir une grande casserole d'**eau chaude**, **saler\*** et porter à ébullition. Ajouter les **potatoes** de terre, réduire le feu et faire cuire 15 à 20 min. jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Continuer pendant ce temps la recette.



## 2 Petite préparation

Couper la **ciboulette** en petits rouleaux.

Dans un bol mélangeur, mélanger la **crème demi-écrémée**, 4 g [8 g] de **bouillon de légumes en poudre\***, la moitié de la **moutarde** et 50 ml [100 ml] d'**eau\***.

Dans une grande poêle, faire dorer les lardons sans ajouter de matière grasse 2 à 3 min. jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

Dans un saladier, mélanger les lardons, 1 cs [2 cs] de vinaigre de **vin rouge\***, la moitié des **rouleaux** de **ciboulette** et 1 cs [2 cs] d'**huile\*** afin faire la **vinaigrette**.



## 3 Pour la purée de pommes de terre

Égoutter les **potatoes**, ajouter 1 cs [2 cs] de **beurre\*** et 1 cs [2 cs] de **mélange à base de crème**, et écraser les **potatoes**. **Saler\***, **poivrer\*** et maintenir chaud si nécessaire.



## 4 Cuire les steaks hachés

Dans un saladier, assaisonner le **mélange de viande hachée HelloFresh** avec du **sel\*** et du **poivre\***, ajouter le reste de la **moutarde**, pétrir le tout et former 2 **steaks hachés**.

Chauffer à **nouveau** la grande poêle à feu moyen. Faire dorer les **steaks hachés** env. 6 à 7 min. de chaque côté. Retirer les **steaks hachés** de la poêle après le temps de cuisson et enlever l'**huile de friture**.



## 5 Pour la sauce

Déglacer avec le mélange à base de **crème** et laisser réduire env. 1 à 2 min. Ensuite, **saler\*** et **poivrer\*** si nécessaire. Remettre les **steaks hachés** dans la **sauce** dans la poêle et réchauffer 1 min. si nécessaire.



## 6 Dresser

Mélanger délicatement la mâche à la **vinaigrette** et assaisonner selon les goûts avec du **sel\*** et du **poivre\***.

Disposer la **purée**, les **steaks hachés**, la **salade** et la **sauce** sur des assiettes. Parsemer la **purée** des **fines herbes** restantes.

**Bon appétit !**