Würschtli-Gemüse-Bratpfanne

mit Bacon und frischen Kräutern

Dieses ballaststoffreiche Gericht ist nicht nur eine echte Augenweide, sondern auch eine wahre Gaumenfreude! Wenn knackiges Gemüse auf zarte Luganighetta und frische Kräuter trifft, dann heisst es nur noch: schlemmen und geniessen!
En Guete.

30 Min.

Stufe 2

Eschalotten

Kartoffeln

Luganighetta

Lauch

gelbe Peperoni

grüne Peperoni

glatte Petersilie

Majoran

Bacon

Paprika edelsüss

Zutaten in Deiner Box*	2 Personen	4 Personen
Eschalotte	2	4
Kartoffeln	600 g	1200 g
Luganighetta Würschtli	100 g	100 g
Lauch	1	1
gelbe Peperoni	1	2
grüne Peperoni	1	2
Petersilie / Majoran	10 g	20 g
Bacon	6 Scheiben	12 Scheiben
Paprika, edelsüss 15)	2 g	4 g
Gut im Haus zu haben:		
Öl, Butter 7), Salz, Pfeffer		

* **Bio** ist uns wichtig. Wenn Du wissen möchtest welche **Zutaten** Bio sind, informiere Dich auf HelloFresh.ch unter **Unsere Lieferanten**.

Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

Was zum Kochen gebraucht wird

2 grosse Bratpfannen (mit Deckel)

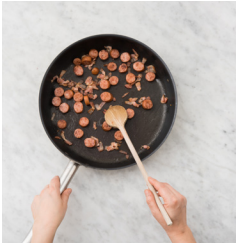
Allergene

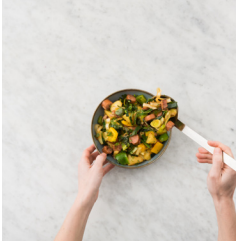
7) Milch 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

Nährwerte	Energie	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlen-hydrate	Ballast-stoffe	Zucker	Eiweiss	Salz
Portion	687 kcal/2769 KJ	35 g	19 g	55 g	7 g	6 g	24 g	3 g
100 g	93 kcal/375 KJ	5 g	3 g	7 g	1 g	1 gg	3 g	0 g

Schon gewusst ...

Es gibt mehr als 5000 Kartoffelsorten und jährlich werden ca. 376 Millionen Tonnen geerntet.





Vorbereitung: **Gemüse** und **Kräuter** waschen und trocken schütteln.

BEI 4 PERSONEN MENGEN VERDOPPELN

1 **Eschalotten** abziehen und in feine Streifen schneiden. **Kartoffeln** schälen und vierteln. **Luganighetta** in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. **Lauch** längs einschneiden, mit kaltem Wasser abspülen und in ca. 0,5 cm breite Ringe schneiden. **Gelbe** und **grüne Peperoni** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Peperonihälften** grob würfeln. Blätter von **Petersilie** und **Majoran** abzupfen und fein hacken.

2 **Bacon** in feine Streifen schneiden.

3 In einer grossen Bratpfanne 1 EL **Öl** und 1 EL **Butter** bei hoher Stufe erhitzen, **Kartoffeln** darin 5–6 Min. scharf anbraten. Mit 100 ml Wasser ablöschen, dann Deckel aufsetzen und 5–6 Min. weiterdünsten.

4 In einer zweiten grossen, kalten Bratpfanne ohne Fettzugabe **Luganighettascheiben** und **Baconstreifen** 3–4 Min. auf hoher Stufe anbraten. Beides aus der Bratpfanne nehmen und beiseitestellen. **Fett** in der Bratpfanne belassen.

5 In derselben Bratpfanne **Eschalottenstreifen** und **Lauchringe** bei mittlerer Stufe 1–2 Min. anbraten, dann **Peperoniwürfel** und **Paprikapulver** zugeben und ca. 5 Min. weiterbraten. **Gemüse** mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

6 Gebratene **Kartoffelviertel**, **Luganighettascheiben** und **Baconstreifen** zum **Gemüse** in die Bratpfanne geben und zerkleinerte **Kräuter** unterheben. **Luganighetta-Gemüse-Bratpfanne** auf tiefe Teller verteilen und geniessen.