Deftiger Schinken-Zucchetti-Strudel

mit fruchtigem Birnen-Karotten-Salat

HELLO LILA KAROTTE

Ursprünglich kommt die lila Karotte aus dem mittleren Osten.
Sie wird auch Ur-Karotte genannt, weil früher jede Karotte lila war und nicht orange.

Kochschinken

Blätterteig

Bergkräuterfrischkäse

mittelscharfer Senf

Birne

lila Karotte

Schnittlauch

Zucchetti

Pinienkerne

Gewürzmischung "Baharat"

30 Minuten

Stufe **1**

Family

Tag **1** — **5** kochen

Strudelgerichte haben eine lange Tradition und gehen schon auf das Habsburger-Reich zurück. Unser herzhaftes Strudelrezept verbindet gekonnt eine goldbraun gebackene, knusprige Hülle mit cremiger Frischkäse-Schinken-Füllung und einem frisch-fruchtigen Salat, der ausserdem durch die lila Karotten auch noch optisch ein echter Hingucker ist. En Guete!

LOS GEHT'S

Wasche **Obst**, **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 grosse Bratpfanne**, ein **Backblech**, **1 kleine Schüssel** und eine **Gemüseraffel**.

1 SCHINKEN SCHNEIDEN

Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

Kochschinken halbieren und in ca. 0,5 cm breite Streifen schneiden.

Enden der **Zucchetti** abschneiden und **Zucchetti** grob raffeln.

2 FÜLLUNG ZUBEREITEN

In einer grossen Bratpfanne ohne Fettzugabe **Pinienkerne** bei mittlerer Hitze rösten, bis sie leicht braun sind.

Geraffelte **Zucchetti** hinzugeben und ca. 2 Min. anbraten.

Kräuterfrischkäse, **mittelscharfer Senf** und **Gewürzmischung** unterrühren. **Schinkenstreifen** unterheben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

3 STRUDEL FÜLLEN

Blätterteig auf einem Backblech ausrollen und halbieren. **Zucchetti-Schinken-Füllung** mittig auf beiden **Teigstücken** verteilen. Zuerst die kurzen Seiten darüberklappen und festdrücken. **Strudel** vorsichtig umdrehen und Oberseite im Abstand von ca. 2 cm einschneiden .

Strudel auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 20 Min. backen, bis die Oberfläche braun ist.

4 SALAT ZUBEREITEN

In der Zwischenzeit **lila Karotte** und **Birne** schälen.

Beides in eine kleine Schüssel raffeln, mit **Salz**,* **Pfeffer***, **Olivenöl*** und **Essig*** abschmecken.

Schnittlauch in ca. 1 cm lange **Röllchen** schneiden und unter den **Salat** mischen.

5 STRUDEL ABKÜHLEN LASSEN

Strudel nach der Backzeit aus dem Backofen nehmen und leicht abkühlen lassen.

6 ANRICHTEN

Schinken-Zucchetti-Strudel nach Belieben aufschneiden, auf Teller verteilen und mit **Birnen-Karotten-Salat** geniessen.

En Guete!

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P		4P	
Kochschinken	1 x	120 g	1 x	240 g
Zucchetti	1 x	250 g	2 x	250 g
Pinienkerne	1 x	10 g	1 x	20 g
Bergkräuterfrischkäse 7)	1 x	125 g	2 x	125 g
mittelscharfer Senf 10)	1 x	20 ml	2 x	20 ml
Gewürzmischung "Baharat"	½ x	2 g ◐	1 x	2 g
Blätterteig (Rolle) 1)	1 x	275 g	2 x	275 g
lila Karotte	2 x	120 g	3 x	120 g
Birne	1 x	150 g	2 x	150 g
Schnittlauch	1 x	10 g	1 x	20 g
Olivenöl*	½ EL		1 EL	
Essig*	½ EL		1 EL	
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	100 g	PORTION
Brennwert	777 kJ/187 kcal	3661 kJ/878 kcal
Fett	11 g	52 g
– davon ges. Fettsäuren	5 g	21 g
Kohlenhydrate	17 g	76 g
– davon Zucker	4 g	16 g
Eiweiss	6 g	27 g
Ballaststoffe	2 g	9 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 10) Senf

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

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshCH

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch

HelloFRESH

Hearty ham and courgette strudel

with a fruity pear and carrot salad

HELLO PURPLE CARROT

Purple carrots originate from the Middle East.
They are also called original carrots, because carrots used to be purple rather than orange.

Cooked ham

Puff pastry (roll)

Cream cheese

Medium-hot mustard

Pear

Purple carrot

Chives

Courgette

Pine nuts

“Baharat” spice mix

30 minutes

Level **1**

Family

Cook on days **1 — 5**

Strudel dishes have a long tradition, dating back to the Habsburg Empire.
Our savoury strudel recipe cleverly combines a crispy, golden brown baked shell with a creamy fresh cheese and ham filling and a fresh, fruity salad, made truly eye-catching by the purple carrots.
Bon appetit!

LET´S GO

Wash the fruit, vegetables and herbs.

You will also need: 1 large frying pan, a baking tray, 1 small bowl and a vegetable grater.

1 SLICE HAM

Preheat the oven to 200 °C top/bottom heat (180 °C fan oven).

Halve the **cooked ham** and slice it into strips approx. 0.5 cm wide.

Chop the ends off the **courgette** and grate it roughly.

2 PREPARE FILLING

Without adding any oil, toast the **pine nuts** in a large frying pan over a medium heat until they have browned slightly.

Add the grated **courgette** and sauté for approx. 2 min.

Stir in herb **cream cheese**, **medium-hot mustard** and **spice mix**. Add strips of ham and season with **salt*** and **pepper***.

3 FILL STRUDEL

Roll out the **puff pastry** on a baking tray and cut it in half. Spread the **courgette** and **ham** filling onto the middle of the two pieces of pastry. First fold in the short sides, then press together. Turn the **strudel** over carefully and score the top with cuts approx. 2 cm apart. Bake the **strudel** on the middle shelf of the oven for approx. 20 min. until the pastry has browned.

4 PREPARE SALAD

In the meantime, peel the **purple carrots** and **pear**.

Grate both in a small bowl, then season with **salt***, **pepper***, **olive oil*** and **vinegar***.

Chop the **chives** into rings approx. 1 cm long and mix into the **salad**.

5 LEAVE STRUDEL TO COOL

Remove the **strudel** from the oven at the end of the baking time and leave to cool a little.

6 ARRANGE

Cut the **ham** and **courgette strudel** as required, apportion onto plates and enjoy with the **pear** and **carrot salad**.

Bon Appetit!

SERVES 2 | 4

INGREDIENTS

	2P		4P	
Cooked ham	1 x	120 g	1 x	240 g
Courgette	1 x	150 g	2 x	250 g
Pine nuts	1 x	10 g	1 x	20 g
Cream cheese with Alpine herbs 7)	1 x	125 g	2 x	125 g
Medium-hot mustard 10)	1 x	20 ml	2 x	20 ml
"Baharat" spice mix	½ x	2 g ⊕	1 x	2 g
Puff pastry (roll) 1)	1 x	275 g	2 x	275 g
Purple carrot	2 x	120 g	3 x	120 g
Pear	1 x	150 g	2 x	150 g
Chives	1 x	10 g	1 x	20 g
Olive oil*	½ tbsp.		1 tbsp.	
Vinegar *	½ tbsp.		1 tbsp.	
Salt*, pepper*	According to taste			

The quantities above are the minimum quantities.

* 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	100 g	PORTION
Calories	777 kJ/187 kcal	3661 kJ/878 kcal
Fat	11 g	52 g
– incl. saturated fats	5 g	21 g
Carbohydrate	17 g	76 g
– incl. sugar	4 g	16 g
Protein	6 g	27g
Dietary fibre	2 g	9 g
Salt	1 g	4 g

ALLERGENS

1) Wheat 7) Milk 10) Mustard

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

This printed recipe is recyclable and FSC®-certified (FSC®-C129012).

#HelloFreshCH

We love feedback! Call us or write to us:
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch

HelloFRESH

Strudel copieux au jambon et aux courgettes

accompagné d'une salade fruitée aux poires et carottes

HELLO CAROTTES VIOLETTES

À l'origine, la carotte violette provient du Moyen-Orient.
Elle est nommée « carotte pourpre » car auparavant toutes les carottes étaient violettes et non oranges.

Jambon cuit

Pâte feuilletée (rouleau)

Fromage frais aux herbes

Moutarde moyennement forte

Poire

Carottes violettes

Ciboulette

Courgette

Pignons de pin

Mélange d'épices « Baharat »

30 minutes

Family

Niveau **1**

À utiliser dans les **1** à **5** jours

Les strudels jouissent d'une longue tradition et remontent au temps de l'Empire des Habsbourg. Notre délicieuse recette de strudel associe parfaitement un chausson feuilleté doré croustillant et sa farce de jambon et de fromage frais à une jolie salade fraîche et fruitée avec ses carottes violettes. Bon appétit !

C'EST PARTI

Laver les fruits, les légumes et les fines herbes.

Pour réaliser cette recette, il vous faut 1 grande poêle, une plaque de four, 1 petit saladier et une râpe à légumes.

1 COUPER LE JAMBON

Préchauffer le **four** à **200 °C** (chaleur tournante **180 °C**).

Couper le **jambon** en deux et en faire des lamelles d'env. 0,5 cm de largeur.

Couper les extrémités des **courgettes** et les râper grossièrement.

2 PRÉPARER LA FARCE

Griller à feu doux dans une grande poêle les **pignons de pin** sans matière grasse jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

Ajouter la **courgette** râpée et la saisir env. 2 min.

Mélanger le **fromage frais aux fines herbes**, la **moutarde moyennement forte** et le **mélange d'épices**. Incorporer les lamelles de **jambon** et assaisonner avec du **sel*** et du **poivre***.

3 FILL STRUDEL

Dérouler la **pâte feuilletée** sur une plaque de four et la couper en deux. Répartir la farce de **jambon** et de **courgette** au milieu de chacun des deux morceaux de pâte. Commencer par rabattre les côtés courts et appuyer. Retourner avec précaution le **strudel** et effectuer une entaille tous les 2 cm env. sur la face supérieure.
Enfourner le **strudel** à mi-hauteur env. 20 min. jusqu'à ce que la face supérieure soit dorée.

4 PRÉPARER LA SALADE

Pendant ce temps, éplucher les **carottes violettes** et la **poire**.

Râper les deux dans un petite saladier, puis assaisonner avec du **sel***, du **poivre*** et du **vinaigre***.

Couper la **ciboulette** en rondelles d'environ 1 cm de longueur et mélanger à la **salade**.

5 LAISSER REFROIDIR LES STRUDELS

Sortir les **strudels** du four au terme de sa cuisson et les laisser un peu refroidir.

6 DRESSER

Couper les **strudels au jambon** et aux **courgettes**, les dresser sur les assiettes et les déguster accompagné de la **salade de poire et de carottes**.

Bon appétit!

2 | 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	2P		4P	
Jambon cuit	1 x	120 g	1 x	240 g
Courgette	1 x	150 g	2 x	250 g
Pignons de pin	1 x	10 g	1 x	20 g
Fromage frais aux herbes de montagne 7)	1 x	125 g	2 x	125 g
Moutarde moyennement forte 10)	1 x	20 ml	2 x	20 ml
Mélange d'épices « Baharat »	½ x	2 g ⓘ	1 x	2 g
Pâte feuilletée (rouleau)	1 x	275 g	2 x	275 g
Carottes violettes	2 x	120 g	3 x	120 g
Poire	1 x	150 g	2 x	150 g
Ciboulette	1 x	10 g	1 x	20 g
Huile d'olive*	½ cs		1 cs	
Vinaigre *	½ cs		1 cs	
Sel*, poivre*	selon les goûts			

Les indications ci-dessus se rapportent à des quantités minimales.

* Ingrédients à 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	100 g	PORTION
Valeur calorique	777 kJ/187 kcal	3661 kJ/878 kcal
Graisse	11 g	52 g
– dont acides gras saturés	5 g	21 g
Glucides	17 g	76 g
– dont sucre	4 g	16 g
Protéines	6 g	27g
Fibres	2 g	9 g
Sel	1 g	4 g

ALLERGÈNES

1) blé 3) lait 10) moutarde

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

Cette fiche recette est recyclable et certifiée FSC® (FSC®-C129012).

#HelloFreshCH

Vos commentaires sont les bienvenus ! Appelez-nous ou écrivez-nous :
+41 43 508 72 70 | kundenservice@hellofresh.ch

HelloFRESH