



AMERIKANISCHE HÄHNCHENSTREIFEN MIT TORTILLA-CHIPS

dazu Karottensalat und käsige Kartoffelspalten

SPECIAL



Hähnchenbrustfilet



Tortilla Chips



saure Sahne



Mayonnaise



Ketchup



Petersilie



Schnittlauch



Karotte



gelbe Karotte



vorw. festk. Kartoffeln



Frühlingszwiebel



Käse-Mix

35 - 45 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 2

Tag 1-3 kochen

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 Gemüsereibe**, **1 Gemüseschäler**, **1 große Schüssel** und **1 kleine Schüssel**.



1 KARTOFFELN BACKEN

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

Kartoffeln ungeschält halbieren oder vierteln und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. **1 EL** [**1½ EL** | **2 EL**] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** darübergeben und vermischen. **Kartoffeln** für 25 – 30 Min. auf mittlerer Schiene im Ofen goldbraun backen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



4 KAROTTENSALAT ZUBEREITEN

Saure Sahne in einer kleinen Schüssel mit restlicher **Mayonnaise** verrühren.

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Gelbe und **orange Karotten** schälen und grob reiben.

In einer großen Schüssel **Karottenraspel** und **Frühlingszwiebelringe** mit **1 EL** [**1½ EL** | **2 EL**] **Mayo-Dip**, **½ EL** [**⅔ EL** | **1 EL**] **Essig*** und **1 Prise Zucker*** vermischen. Nach Geschmack mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



2 HÄHNCHEN PANIEREN

Tortilla-Chips in der Tüte mithilfe eines Nudelholzes sehr fein zerbröseln.

Hähnchenbrust längs in große, daumendicke Streifen schneiden.

Hähnchenstreifen in eine große Schüssel geben und mit **1 EL** [**1½ EL** | **2 EL**] **gestrichen Mehl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen. Dann **Hälfte** der **Mayonnaise** zugeben und sehr gut vermischen.



5 KARTOFFELN GRATINIEREN

Petersilie fein hacken.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Am Ende der Garzeit **Kartoffeln** mit der **Hälfte** vom **Schnittlauch** und mit **Käse** bestreuen und weitere 2 – 3 Min. in einen Ofen geben, bis der **Käse** zerschmolzen ist.

Ketchup und **Petersilie** zum **Mayo-Dip** geben und verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 HÄHNCHEN BACKEN

Tortillabrösel zu den **Hähnchenstreifen** geben und **Brösel** dabei gut andrücken, sodass die Stücke von allen Seiten gut paniert sind. **Panierte Hähnchenstreifen** auf ein zweites mit Backpapier belegtes Backblech geben. Und mit **1 EL** [**1½ EL** | **2 EL**] **Öl*** beträufeln. In den letzten 15 – 18 Min. mit in den Ofen geben und goldbraun backen, bis das **Hähnchen** nicht mehr rosa ist.



6 ANRICHTEN

Käsiges Kartoffelspalten auf Teller verteilen und mit restlichem **Schnittlauch** toppen. **Karottensalat** und **Hähnchenstreifen** dazu anrichten und mit dem **Ketchup-Mayo-Dip** genießen.

Guten Appetit!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	600 g	900 g	1.200 g
Tortilla Chips	75 g	75 g	150 g
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
Mayonnaise 2) 4)	40 ml	60 ml	80 ml
saure Sahne 5)	150 g	225 g	300 g
Frühlingszwiebel DE ES	1	1	2
gelbe Karotte NL	1	1	2
Karotten NL	2	3	4
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Käse-Mix 5)	50 g	75 g	100 g
Ketchup	20 ml	40 ml	40 ml
Öl* für Schritt 1 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Mehl* 1) für Schritt 2	1 EL	1½ EL	2 EL
Essig* 1) 11) für Schritt 3	½ EL	⅔ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	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. 800 g)
Brennwert	551 kJ/132 kcal	4322 kJ/1033 kcal
Fett	6,96 g	54,58 g
– davon ges. Fettsäuren	1,52 g	11,94 g
Kohlenhydrate	11,83 g	92,78 g
– davon Zucker	2,25 g	17,63 g
Eiweiß	6,37 g	49,94 g
Salz	0,196 g	1,535 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

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 4) Senf 5) Milch
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at