

BRATHENDL MIT OFENKARTOFFELN, Kürbiskernquark, gebackenen Radieschen & Gurkensalat

MEISTERSTÜCK



Ofenkartoffeln



Gurke



Quark



Radieschen



Butter



ganzes Hähnchen



Dill



Petersilie



Kürbiskernöl



Kürbiskerne



Frühlingszwiebel



Schalotte



edelsüßes Paprikapulver



Gewürzischung „Kartoffelknaller“

100 Minuten Stufe 3

Richtig schlemmen kannst Du mit dem Meisterstück der Woche! Unser Brathendl mit Ofenkartoffeln wird garantiert für Begeisterung bei Deinen Liebsten sorgen. Bis Du das marinierte, saftige Brathähnchen wieder aus dem Ofen holst, kümmerst Du Dich um die Zubereitung eines frischen Gurkensalats mit Dill und eines **proteinreichen** Quarkdips mit Petersilie und Kürbiskernen. Jetzt heißt es nur noch Dein Meisterstück in Szene setzen und gemeinsam genießen!

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse, Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.

Zum Kochen benötigst Du **Alufolie, 1 Backblech** mit **Backpapier, 1 kleinen Topf, 1 Sieb, 1 große Schüssel, 1 kleine Pfanne** und **2 kleine Schüsseln**.



1 HÄHNCHEN VORBEREITEN

Heize den **Backofen** auf **180 °C** Ober-/Unterhitze (**160 °C** Umluft) vor.

Kartoffeln in Alufolie wickeln und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. In einem kleinen Topf die **Hälfte** der **Butter** mit **Öl*** schmelzen, von der Hitze nehmen: **Paprikapulver, Gewürzmischung** und **Salz*** unterrühren, so dass eine **Paste** entsteht.

★ **TIPP:** Falls das Blech zu voll wird, kannst Du die Kartoffeln auch auf den Rost backen und unter das andere Blech schieben!



4 QUARK ZUBEREITEN

Kürbiskerne in einer kleinen Pfanne ohne Fett 1 – 2 Min. rösten, bis es fein duftet und aus der Pfanne nehmen. **Petersilie** fein hacken.

Quark in einer kleinen Schüssel glatt rühren. Abgekühlte **Kürbiskerne** grob hacken und die **Hälfte** in den **Quark** geben. **Petersilie** zufügen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

★ **TIPP:** Wenn Du den Geschmack von Kürbiskernöl magst, kannst Du auch etwas davon in den Quark mischen.



2 HÄHNCHEN BACKEN

Hähnchen zu den **Kartoffeln** auf das Blech legen. **Hähnchen** mit **Paste** einreiben und für 60 – 70 Min. backen. Anschließend **Hähnchen** mit Alufolie abdecken, und Temperatur auf 200 °C erhöhen und weitere 20 – 30 Min. backen. **Kartoffeln** herausnehmen und Folie vom **Hähnchen** nehmen. **Hähnchen** unter dem Grill 1 – 2 Min. backen, bis die **Hähnchenhaut** goldbraun und knusprig ist. (Achtung: Das geht ganz schnell, immer ein Auge auf dass **Hähnchen** haben)



5 RADIESCHEN ZUBEREITEN

Enden der **Radieschen** abschneiden und **Radieschen** vierteln. **Radieschen** für die letzten 25 Min. der **Hähnchenbackzeit** mit auf das Blech geben. In der Zwischenzeit **Frühlingszwiebel** in dünne Scheiben schneiden und in eine kleine Schüssel geben. Nach der Backzeit **Radieschen** mit **Hähnchensud** zu den **Zwiebeln** geben, mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 GURKENSALAT ZUBEREITEN

Gurke schälen und in dünne Scheiben schneiden. **Gurkenscheiben** in ein Sieb, das auf einer Schüssel liegt geben **zuckern*** und reichlich **salzen*** und für ca. 20 – 30 Min. stehen lassen, sodass die Flüssigkeit heraus tropft. **Schalotte** abziehen, fein würfeln und zu der **Gurke** geben. Nach 30 Min. **Dill** fein hacken. Anschließend **Gurkensalat** mit **Dill, Weißweinessig*, Salz*** und **Öl*** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Folienkartoffeln halbieren, etwas von der restlichen **Butter** hineingeben, mit **Quark, Kürbiskernöl** und gehackten **Kürbiskernen** toppen.

Radieschen, Gurkensalat und **Hähnchen** dazu reichen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Ofenkartoffeln DE	4	6	8
Butter 5)	40 g	80 g	80 g
edelsüßes Paprikapulver	4 g	8 g	8 g
Gewürzmischung „Kartoffelknaller“	6 g	12 g	12 g
Gurke ES NL	1	1	2
Schalotte	1	1	2
Dill/Petersilie	20 g	20 g	20 g
Kürbiskerne	20 g	20 g	40 g
Quark (vollfett) 5)	250 g	500 g	500 g
Radieschen	400 g	600 g	800 g
ganzes Hähnchen	1.100 g	1.500 g	1.500 g
Frühlingszwiebel IT	1	2	2
Kürbiskernöl	10 ml	20 ml	20 ml
Öl* für Schritt 1	2 EL	4 EL	4 EL
Weißweinessig* 1) 11) für Schritt 3	½ EL	1 EL	1 EL
Öl* für Schritt 3	1 EL	2 EL	2 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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 1.300 g)
Brennwert	531 kJ/127 kcal	6.832 kJ/1.633 kcal
Fett	6 g	82 g
– davon ges. Fettsäuren	1 g	21 g
Kohlenhydrate	5 g	65 g
– davon Zucker	1 g	12 g
Eiweiß	10 g	130 g
Salz	1 g	1 g

ALLERGENE

1) Weizen 5) Milch 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland IT: Italien 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

Guten Appetit!