



GEBRATENE HÄHNCHENBRUST

mit würziger Kartoffelpfanne und Bergjausenkäse

**EXPRESS
REZEPT**



Hähnchenbrustfilet



Gewürzmischung
„Paprikagewürz“



vorgearbete Kartoffelwürfel



Kochsahne



geriebener
Bergjausenkäse



Champignons und Lauch,
geschnitten



Hühnerbrühe



Petersilie



Majoran

15 Minuten

Stufe 1

Quick 3M

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
Wasche die **Kräuter** ab.
Zum Kochen benötigst Du **2 große Pfannen** und **1 große Schüssel**.



1 HÄHNCHEN MARINIERN

Hähnchenbrustfilets waagrecht halbieren. In einer großen Schüssel mit der **Gewürzmischung** und 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** marinieren.



2 GEMÜSE BRATEN

In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** auf mittlerer Stufe erhitzen, **Kartoffelwürfel** und geschnittenes **Gemüse** für 3 – 4 Min. anbraten. **★TIPP:** Nimm für 4 Personen am besten 2 Pfannen.



3 HÄHNCHENBRUST BRATEN

Währenddessen in einer zweiten großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen, **Hähnchenbrustfilets** darin 3 – 4 Min. je Seite anbraten, bis diese innen nicht mehr rosa sind.



4 FÜR DIE SOSSE

Anschließend das **Gemüse** in der ersten Pfanne mit **Kochsahne**, 100 ml [150 ml | 200 ml] **Wasser*** und **Hühnerbrühpulver** ablöschen und 3 – 5 Min. auf mittlerer Stufe weiterköcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist. Mit **Salz** und **Pfeffer*** würzen. **Käse** hinzugeben und vermengen.



5 IN DER ZWISCHENZEIT

Blätter der **Kräuter** abzupfen und fein hacken.



6 ANRICHTEN

Gebratenes **Gemüse** auf Teller verteilen, mit gehackten **Kräutern** bestreuen. **Hähnchenbrustfilets** dazu anrichten und genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
Gewürzmischung „Paprikagewürz“	2 g	4 g	6 g
vorgegarte Kartoffelwürfel	400 g	600 g	800 g
Champignons und Lauch, geschnitten	300 g	450 g	600 g
geriebener Bergjausekäse 5)	50 g	75 g	100 g
Kochsahne 5)	200 ml	300 ml	400 ml
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Petersilie/Majoran	10 g	10 g	10 g
Öl* für Schritt 1, 2 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Wasser* für Schritt 4	100 ml	150 ml	200 ml
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. 650 g)
Brennwert	495 kJ/118 kcal	3.213 kJ/768 kcal
Fett	6,55 g	42,49 g
– davon ges. Fettsäuren	2,71 g	17,58 g
Kohlenhydrate	6,81 g	44,20 g
– davon Zucker	1,28 g	8,31 g
Eiweiß	7,50 g	48,66 g
Salz	0,370 g	2,402 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

5) Milch

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

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59
kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005
kundenservice@hellofresh.at