

Chicken Cheese Burger mit Ranchdressing

dazu knuspriger Maiskolben

Zeit Sparen 15 – 25 Minuten • 1054 kcal • Tag 3 kochen

15



Hähnchenbrustfilet in Lake



vegane Brioche
Burger Buns



Buttermilch-
Zitronen-Dressing



Mayonnaise



Gewürzmischung
„Hello Grünzeug“



Burgerkäse



rote Zwiebel



Tomate



Maiskolben (vorgekocht)



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Weißweinessig*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Kochutensilien

1 großer Topf mit Deckel, 1 kleine Schale und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet in Lake	250 g	375 g	500 g
vegane Brioché Burger Buns 15)	160 g	240 g	320 g
Buttermilch-Zitronen- Dressing 7) 8) 9)	50 ml	100 ml	100 ml
Mayonnaise 8) 9)	50 g	75 g	100 g
Gewürzmischung „Hello Grünzeug“	8 g	12 g	16 g
Burgerkäse 7)	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel DE	1	1	2
Tomate NL ES BE PL MA	1	2	2
Maiskolben (vorgekocht)	400 g	600 g**	800 g

**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. 580 g)
Brennwert	753 kJ/180 kcal	4409 kJ/1054 kcal
Fett	9,4 g	55 g
– davon ges. Fettsäuren	2,1 g	12,2 g
Kohlenhydrate	14,3 g	83,8 g
– davon Zucker	4,9 g	28,9 g
Eiweiß	8,5 g	49,7 g
Salz	0,46 g	2,67 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: 7) Milch (einschließlich Laktose) 8) Eier 9) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande ES: Spanien
BE: Belgien PL: Polen MA: Marokko

1



2



3



Hähnchen anbraten

Zwiebel halbieren und in feine Streifen schneiden.

Hähnchenbrust waagrecht aufschneiden, aber nicht durchschneiden und wie ein Buch aufklappen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

In einer großen Pfanne mit Deckel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Hähnchen**, **Zwiebelstreifen** und die Hälfte vom „**Hello Grünzeug**“ dazugeben. **Hähnchen** auf einer Seite darin 3 – 4 Min. anbraten, bis das **Hähnchenfleisch** etwas Farbe bekommt.

Hähnchen wenden, mit **Burgerkäse** bedecken und weitere 4 – 5 Min. abgedeckt braten, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist. Kurz beiseitestellen.

Mais braten

Währenddessen die **Burgerbrötchen** aufschneiden.

In einer zweiten Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl** erhitzen. **Maiskolben** und eins nach dem anderen die **Burgerbrötchen** darin 1 – 2 Min. anbraten, bis die außen leicht gebräunt sind.

In einer kleinen Schüssel, **Buttermilch-Zitronen-Dressing**, **Mayonnaise**, restliches „**Hello Grünzeug**“, 0,5 TL [0,75 TL | 1 TL] **Weißweinessig***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Anrichten

Tomate in 1 cm Spalten schneiden.

Burgerbrötchen aufklappen, beide Seiten mit **Ranch-Dressing** bestreichen. Die unteren **Brötchenhälften** mit **Hähnchen**, **Zwiebelstreifen** und **Tomatenscheiben** belegen, dann den **Burger** schließen.

Zusammen mit **Maiskolben** und restlichem **Ranch-Dressing** servieren.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen
Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

