

# Loaded Smashed Potatoes

mit Jalapeño-Käse-Soße, Avocado & Pico de Gallo

Vegetarisch Thermomix kocht • 854 kcal • Tag 5 kochen



Kartoffeln (Drillinge)



Avocado



Tomate



Jalapeño



rote Zwiebel



Knoblauchzehe



Limette, gewachst



Koriander



Kochsahne



junger Gouda, gerieben



Gewürzmischung „Hello Patatas“



Gemüsebrühpulver



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Wasser\*, Pfeffer\*, Olivenöl\*, Salz\*, Zucker\*, Öl\*

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier, 1 großer Topf und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	750 g	1000 g
Avocado <b>GT   ES   MX   CL   MA   PE   EG   MZ   CO   DM   IL   ZA   TZ   KE   PT</b>	1	2	2
Tomate <b>NL   ES   MA   BE</b>	2	3	4
Jalapeño <b>NL   ES   MA</b>	1	1	1
rote Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1	2
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Limette, gewachst <b>BR   MX   ES   CO</b>	1	1	1
Koriander	10 g	10 g	10 g
Kochsahne <b>7)</b>	150 g	225 g**	300 g
junger Gouda, gerieben <b>7)</b>	75 g	100 g	150 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
Gemüsebrühpulver <b>10)</b>	4 g	6 g	8 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. 730 g)
Brennwert	491 kJ/117 kcal	3573 kJ/854 kcal
Fett	7,2 g	52,7 g
– davon ges. Fettsäuren	2,7 g	19,4 g
Kohlenhydrate	9,2 g	67,2 g
– davon Zucker	2,1 g	15,2 g
Eiweiß	2,9 g	21,3 g
Salz	0,38 g	2,8 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) **10)** Sellerie

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **GT:** Guatemala **ES:** Spanien **MX:** Mexiko **CL:** Chile **MA:** Marokko **PE:** Peru **EG:** Ägypten **MZ:** Mosambik **CO:** Kolumbien **DM:** Dominica **IL:** Israel **ZA:** Südafrika **TZ:** Tansania **KE:** Kenia **PT:** Portugal **NL:** Niederlande **BE:** Belgien **BR:** Brasilien



## 1 Kartoffeln kochen

Heize den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (230 °C Umluft) vor.

**Kartoffeln** in einen großen Topf geben und ca. zwei Finger breit mit **Wasser\*** bedecken. **Wasser** kräftig **salzen\*** und aufkochen lassen. **Kartoffeln** 12 – 15 Min. kochen, bis sie weich sind.

Währenddessen die Blätter vom **Koriander** abzupfen.

**Zwiebel** abziehen und halbieren.



## 4 Kartoffeln backen

Fertig gekochte **Kartoffeln** abgießen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Jede **Kartoffel** mit einem kleinen Topfdeckel so zerdrücken, dass sie aufplatzt und ca. 2 cm flach ist.

Zerdrückte **Kartoffeln** mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl\*** beträufeln, mit restlichem „**Hello Patatas**“, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und für 6 – 8 Min. im Ofen knusprig backen.

**Tipp:** Wenn Du die Kartoffeln besonders knusprig magst, stelle in den letzten 2 Min. auf die Grillfunktion um.

### Jalapeño

Heiß her geht es, sobald die scharfe Paprikasorte Einzug in unsere Rezepte findet – lass bei der Jalapeño ein wenig Vorsicht walten.



## 2 Für das Topping

**Limette** vierteln.

**Korianderblätter** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Die Hälfte der **Zwiebel** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in 1 weitere kleine Schüssel umfüllen.

**Tomaten** grob würfeln und zu den zerkleinerten **Zwiebeln** in die Schüssel geben. Die Hälfte des zerkleinerten **Korianders**, **Saft** aus 1 [2 | 2]

**Limettenspalte** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** zugeben, vermischen und mit **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 Prise **Zucker\*** abschmecken.



## 5 Kleinigkeiten

Währenddessen fortfahren.

**Avocado** halbieren, Kern entfernen, das **Fruchtfleisch** herauslösen und in 2 cm Würfel schneiden.

Gouda in den Mixtopf zugeben und

**1 Min./98 °C/Stufe 1** vermischen. **Käsesoße** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 3 Für die Soße

**Jalapeño** halbieren, entkernen (**Achtung: scharf!**) und in ca. 2 cm Stücke schneiden.

**Knoblauch** abziehen.

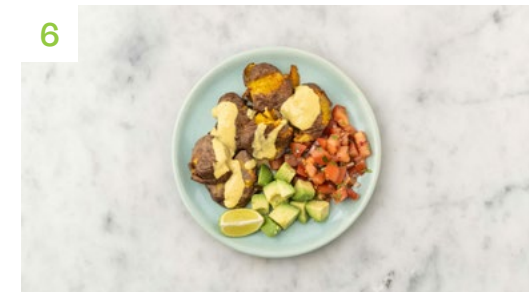
**Jalapeño** und **Knoblauch** in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Restliche **Zwiebel** zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und alles mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [10 g | 15 g] **Olivenöl\*** und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

50 g **Wasser\***, **Kochsahne**, **Gemüsebrühe** und die Hälfte vom „**Hello Patatas**“ zugeben und **7 Min./95 °C/Stufe 1** kochen.

Währenddessen fortfahren.



## 6 Anrichten

**Smashed Potatoes** auf Tellern anrichten und mit der **Käsesoße** toppen. **Tomatensalat**, **Avocadowürfel**, und nach Belieben restliche **Kräuter** und restliche **Limettenspalten** dazu 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>

