

Nürnberger Würstchen mit Ofengemüse

aus Rote Beete, Kartoffeln und Karotte

Family **wenig Vorbereitung** 30 – 40 Minuten • 808 kcal • Tag 2 kochen

28



Nürnberger Bratwürstchen



vorw. festk. Kartoffeln



Karotte



Rote Beete, vorgegart



rote Zwiebel



Rosmarinzweig



saure Sahne



Blütenhonig



süßer Senf



Gewürzmischung „Hello Patatas“



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz*, Öl*, Pfeffer*

Kochutensilien

2 Backblech mit Backpapier, 1 große Schüssel und 1 Gemüeschäler

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Nürnberger Bratwürstchen	10	15	20
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	750 g
Karotte DE NL ES IL	2	3	4
Rote Beete, vorgegart	250 g	250 g	500 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Rosmarinweig	10 g	10 g	10 g
saure Sahne 7)	100 g	200 g	200 g
Blütenhonig	8 g	15 g**	20 g
süßer Senf 9)	15 ml	15 ml	30 ml
Gewürzmischung „Hello Patatas“	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.)

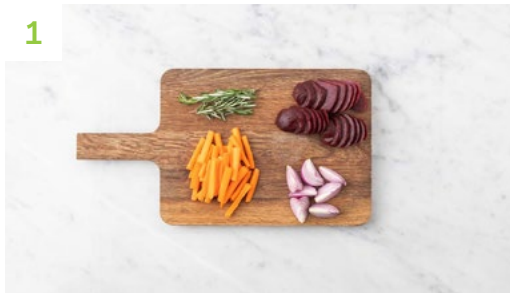
	100 g	Portion (ca. 640 g)
Brennwert	529 kJ/127 kcal	3380 kJ/808 kcal
Fett	7,2 g	46,2 g
– davon ges. Fettsäuren	2,6 g	16,4 g
Kohlenhydrate	9,8 g	62,5 g
– davon Zucker	4,8 g	30,7 g
Eiweiß	3,8 g	24,1 g
Salz	0,45 g	2,88 g

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) **9)** Senf

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **IL:** Israel **EG:** Ägypten



Vorbereitung

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

Karotten schälen und in ca. 5 cm lange und 1 cm dicke Stifte schneiden.

Zwiebel halbieren und in ca. 1 cm Spalten schneiden.

Rote Beete in 1 cm Scheiben schneiden.

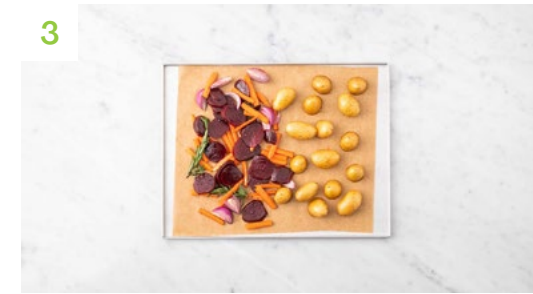
Rosmarinweig in 2 Stücke teilen.



Kartoffeln würzen

Kartoffeln nach Belieben schälen, größere **Kartoffeln** halbieren.

Kartoffeln auf eine Hälfte eines mit Backpapier belegten Backblechs geben, mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** und **Gewürzmischung „Hello Patatas“** vermengen.



Gemüse marinieren

In einer großen Schüssel **Karotten**, **Rote Beete** und **Zwiebel** mit **Honig**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und mit dem **Rosmarin** neben die **Kartoffeln** aufs Blech geben.

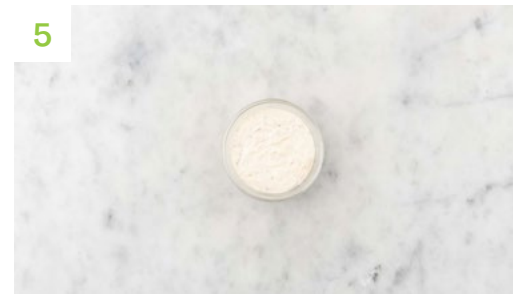
Die Schüssel für Schritt 5 beiseitestellen.

Alles zusammen 25 – 30 Min. backen.



Würstchen backen

Würstchen auf ein weiteres, mit Backpapier belegtes Backblech legen und die letzten 15 Min. über dem Gemüseblech mitbacken.



Dip zubereiten

In der Schüssel aus Schritt 3 **saure Sahne** mit **süßem Senf** verrühren. **Dip** mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Gemüse und **Kartoffeln** auf Teller verteilen.

Würstchen daneben anrichten und den **Dip** dazu reichen.

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>

