

Knoblauchciabatta mit Sour Cream-Dip

Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 817 kcal • Tag 5 kochen

303



Ciabatta-Brot



Knoblauchzehe



Frühlingszwiebel



Hartkäse ital. Art, gerieben



saure Sahne



Butter



würziger Gouda, gerieben



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

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Pfeffer*, Salz*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 Knoblauchpresse, 1 große Schüssel und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 Personen

| | |
|---|-------|
| | 2P |
| Ciabatta-Brot 15) | 250 g |
| Knoblauchzehe ES | 1 |
| Frühlingszwiebel DE NL MA EG | 2 |
| Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8) | 20 g |
| würziger Gouda, gerieben 7) | 100 g |
| saure Sahne 7) | 200 g |
| Butter 7) | 40 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. 340 g) |
|-------------------------|-----------------|---------------------|
| Brennwert | 999 kJ/239 kcal | 3418 kJ/817 kcal |
| Fett | 13,8 g | 47,1 g |
| – davon ges. Fettsäuren | 8,5 g | 29 g |
| Kohlenhydrate | 20,1 g | 68,7 g |
| – davon Zucker | 3 g | 10,1 g |
| Eiweiß | 9,1 g | 31 g |
| Salz | 0,74 g | 2,54 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 **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **MA:** Marokko **EG:** Ägypten **ES:** Spanien



Zu Beginn

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

Butter auf Raumtemperatur bringen.



Kleine Vorbereitung

Weiß- und grünen Teil der **Frühlingszwiebeln** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.

Knoblauch abziehen.



Für den Belag

Knoblauch in eine große Schüssel pressen und mit zimmerwarmer **Butter**, **Gouda**, weißen **Frühlingszwiebelringen** und **Hartkäse** gut vermengen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Ciabatta bestreichen

Ciabatta waagrecht (wie ein großes **Sandwich**) aufschneiden und aufklappen. Jede Hälfte mit der **Käse-Butter-Mischung** bestreichen.

Ciabatta auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im Ofen auf der oberen Schiene 12 – 15 Min. backen, bis das **Brot** unten knusprig und der **Käse** zerlaufen und leicht gebräunt ist.



Währenddessen

In einer kleinen Schüssel **saure Sahne** mit grünen **Frühlingszwiebelringen** verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Fertig

Ciabattahälften aus dem Ofen nehmen, portionieren und zusammen mit dem **Sour-Cream-Dip** genießen.

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>

