

Schneckenspaß im hohen Gras unter Apfel-Sonne

Beliebte Kindergerichte mit Snack-Spaß

Vegetarisch **schnell** 25 – 35 Minuten • 1078 kcal • Tag 3 kochen



-  Frischer Butter-Blätterteig
-  Basilikum
-  Sonnenblumenkerne
-  Knoblauchzehe
-  Hartkäse ital. Art, geraspelt
-  Apfel
-  Feldsalat
-  Zitrone, gewachst
-  süßer Senf
-  Crème fraîche, Bio
-  Tomate (Roma)

Natürlicher Geschmack

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

Los geht's

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

Kochutensilien

1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Frischer Butter-Blätterteig 7) 15)	1	2	2
Basilikum	20 g	40 g	40 g
Sonnenblumenkerne	40 g	60 g	80 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Hartkäse ital. Art, geraspelt 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Apfel DE NL IT	1	2	2
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
Zitrone, gewachst ES ZA AR EG	1	1	1
süßer Senf 9)	15 ml	15 ml	30 ml
Crème fraîche, Bio 7)	100 g	150 g**	200 g
Tomate (Roma) NL MA ES	1	2	2

**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.)

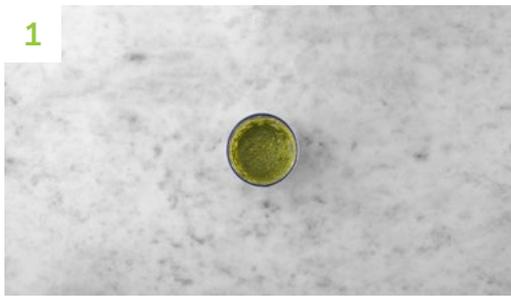
	100 g	Portion (ca. 470 g)
Brennwert	961 kJ/230 kcal	4510 kJ/1078 kcal
Fett	14,93 g	70,1 g
– davon ges. Fettsäuren	7,5 g	35,2 g
Kohlenhydrate	17,91 g	84,1 g
– davon Zucker	5,28 g	24,8 g
Eiweiß	5,43 g	25,5 g
Salz	0,33 g	1,55 g

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)** Senf **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **IT:** Italien **ES:** Spanien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **EG:** Ägypten **MA:** Marokko



Pesto zubereiten

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

Basilikumblätter von Stielen zupfen.

Knoblauchzehe abziehen.

In einem hohen Rührgefäß **Basilikumblätter**, **Sonnenblumenkerne**, **Knoblauch**, **Hartkäse**, **Crème fraîche**, **Salz*** und **Pfeffer*** mithilfe eines Pürierstabs zu einem **Pesto** verarbeiten.



Garten anfangen

Zitrone in 6 Spalten schneiden.

In einer großen Schüssel **Soft** von 1 [2 | 2]

Zitronenspalte, **Senf**, 2 EL **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dressing** mischen.



Schnecken aufrollen

Blätterteig ausrollen und mit **Pesto** bestreichen.

Teig von der kurzen Seite fest aufrollen und ohne festzudrücken, in 8 Stücke schneiden.

Schnecken auf eins der flachen Seiten legen und das Backpapier auf ein Backblech geben.

Schnecken 15 – 18 Min. backen, bis sie goldbraun und aufgegangen sind.



Garten gießen

Feldsalat unter das **Dressing** heben.



Sonne und Pflanzen vorbereiten

Apfel halbieren, entkernen und in feine Scheiben schneiden.

Tomate in feine Scheiben schneiden.



Anrichten

Salat auf Teller verteilen. Mit **Tomatenscheiben** und **Pestoschnecken** toppen.

Apfelscheiben zu einer Sonne auf einem zweiten Teller anrichten.

Mit einer **Zitronenscheibe** servieren.

Guten Appetit!

gewachste Zitrone

Bitte beachte, dass die im Lieferumfang enthaltene Schale der Zitrone möglicherweise konventionell mit Bienenwachs behandelt wurde und diese somit nicht als vegan ausgewiesen werden kann. Für die Zubereitung des Gerichts wird die Schale der Zitrone jedoch nicht benötigt.

Für mehr Essensfreu(n)de:

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

