

# Hähnchen-Burger mit Mozzarella,

würziger Zwiebelade und knusprigen Ofenpommes



## HELLO OREGANO

Oregano ist nicht nur die Petersilie der Italiener, sondern auch eins unserer liebsten Kräuter. Sein Spitzname ist übrigens „wilder Majoran“.



Hähnchenbrustfilet



vow. festk. Kartoffeln



Tomate (Roma)



Oregano



rote Zwiebel



Salatherz (Romana)



Mozzarella (Bocconcino)



Burgerbrötchen



saure Sahne

40 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung

Tag 1-3 kochen

Es ist Zeit für Burger! Zart gebratenes, **proteinreiches** Hähnchenbrustfilet mit einer würzigen Zwiebelade in einem Burgerbrötchen und dazu knusprige Ofenpommes ... Was will man mehr? Dieses Gericht hat in unserer Ideenküche für leuchtende Augen und knurrende Mägen gesorgt und wird hoffentlich auch Dich und Deine Lieben überzeugen. Obendrein ist es auch perfekt zum Mitnehmen geeignet. Wir wünschen schon einmal einen guten Appetit!

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.

Zum Kochen benötigst Du **1 kleine Schüssel**, **1 kleine Pfanne**, **1 große Pfanne**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



## 1 POMMES ZUBEREITEN

Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

**Kartoffeln** schälen und in ca. 1 cm dicke Stifte (Pommes) schneiden. **Pommes** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (dabei etwas Platz für die Burgerbrötchen lassen), mit **Olivenöl\*** beträufeln und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

Im Backofen auf der mittleren Schiene für ca. 20 Min. knusprig backen.



## 4 HÄHNCHEN BRATEN

**Hähnchenbrustfilets** auf beiden Seiten mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

In einer großen Pfanne **Öl\*** auf hoher Stufe erhitzen, **Hähnchenbrust** hineingeben und auf jeder Seite 5 – 6 Min. anbraten.

Anschließend aus der Pfanne nehmen und in Scheiben schneiden.

Währenddessen **Burgerbrötchen** zu den **Pommes** in den Backofen geben und 8 – 10 Min. aufbacken.



## 2 IN DER ZWISCHENZEIT

**Tomate** halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in Scheiben schneiden.

Blätter vom **Oregano** abzupfen.

**Salatherz** halbieren, Strunk herausschneiden und Blätter abzupfen.

**Mozzarella** in dünne Scheiben schneiden.

**Saure Sahne** in einer kleinen Schüssel mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken und glatt rühren.



## 5 BURGER BELEGEN

**Burgerbrötchen** aufschneiden. Die Hälften mit **saurer Sahne** bestreichen.

Die **Brötchenunterseite** mit **Salatblättern** und **Hähnchenbrustscheiben** belegen. **Zwiebelade** darauf verteilen.

Die **Oberseiten** mit **Oregano** bestreuen, dann mit **Mozzarella-** und **Tomatenscheiben** belegen.



## 3 ZWIEBELADE KOCHEN

**Rote Zwiebel** abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.

In einer kleinen Pfanne **Öl\*** erhitzen, **Zwiebelstreifen** zufügen, ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze anbraten.

Anschließend mit **Zucker\*** sowie etwas **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken



## 6 ANRICHTEN

**Brötchenhälften** vorsichtig zusammenklappen und ein wenig zusammendrücken.

**Hähnchen-Burger** und **Pommes** auf Teller verteilen und zusammen mit der restlichen **sauren Sahne** als **Dip** genießen.

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Tomate (Roma) NL   PL	1	1	2
Oregano	10 g	10 g	10 g
Salatherz (Romana)	1	2	2
Mozzarella (Bocconcino) 5)	125 g	250 g	250 g
saure Sahne 5)	150 g	150 g	300 g
rote Zwiebel DE	1	2	2
Hähnchenbrustfilet	280 g	420 g	560 g
Burgerbrötchen 1) 8)	2	3	4
Olivenöl*	1 EL	1½ EL	2 EL
Öl*	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Zucker*	½ TL	¾ TL	1 TL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.

📌 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 750 g)
Brennwert	549 kJ/131 kcal	4121 kJ/985 kcal
Fett	6 g	44 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	18 g
Kohlenhydrate	13 g	97 g
- davon Zucker	2 g	14 g
Eiweiß	7 g	55 g
Ballaststoffe	1 g	5 g
Salz	0 g	2 g

## ALLERGENE

1) Weizen 5) Milch 8) Sesam

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

## URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, NL: Niederlande, PL: Polen

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

*Guten Appetit!*