

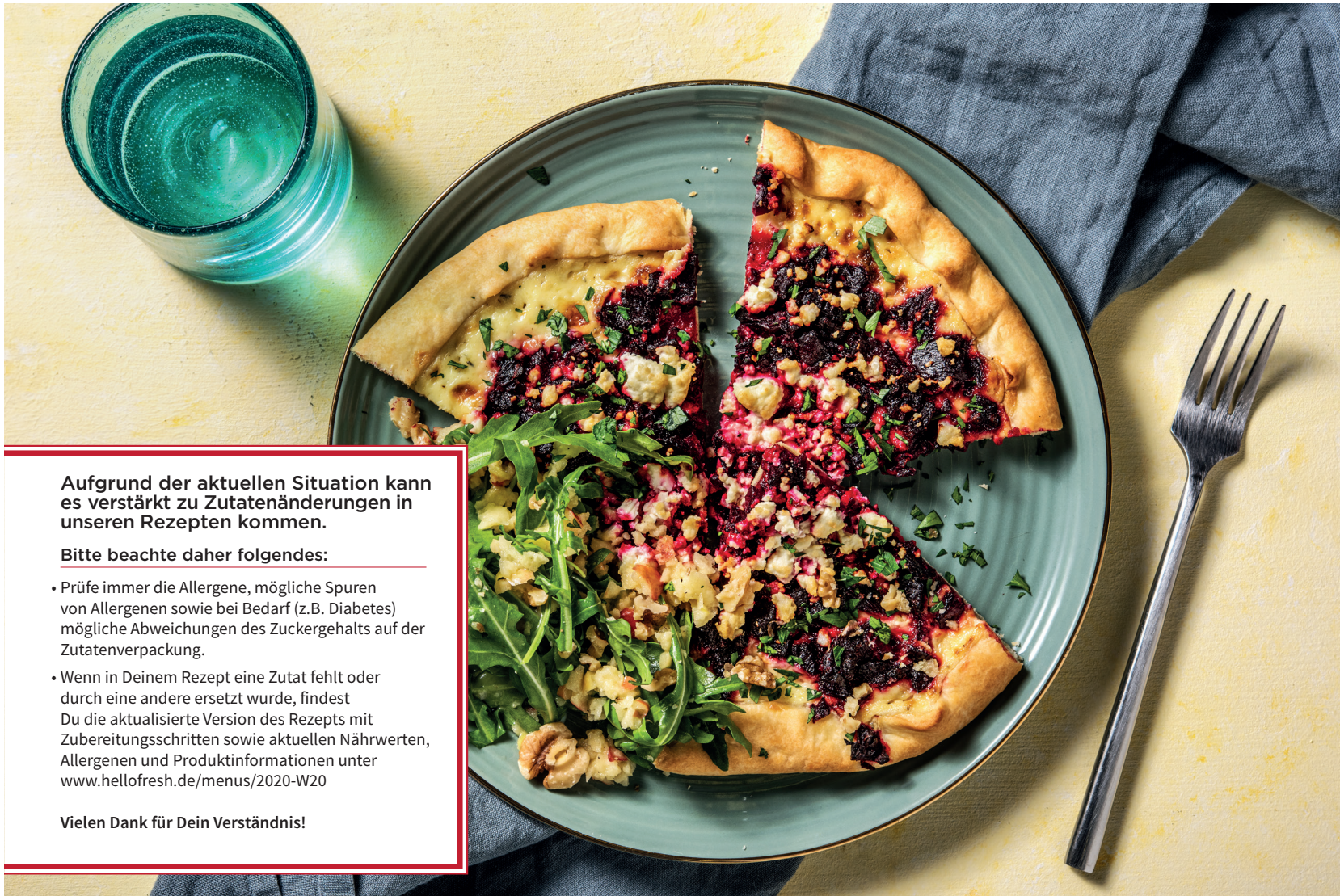


ROTE-BETE-GALETTE MIT HIRTENKÄSE, Honigschmand und Rucola-Apfel-Salat



HELLO ROTE BETE

Kleiner Küchen-Knigge: Bei der Zubereitung von Roter Bete solltest Du immer darauf achten, Handschuhe und eine Schürze zu tragen, da sie stark färbt.



Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.

Bitte beachte daher folgendes:

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter www.hellofresh.de/menus/2020-W20

Vielen Dank für Dein Verständnis!



Quiche-Teig



Honig



Schmand



Rucola



Petersilie



Zitronenthymian



Hirtenkäse



vorgearbeitete Rote Bete



Knoblauchzehe



Walnüsse



Apfel



Balsamicoreme



mittelscharfer Senf



30 [30 | 35] Min.

40 [40 | 45] Min.

Stufe 1

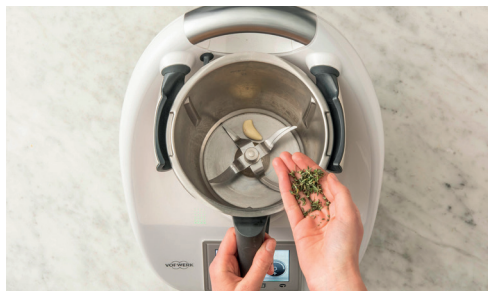
Thermomix hilft

Veggie

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.
Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Backblech**, **1 kleine Schüssel** und **1 große Schüssel**.



1 GEWÜRZTER SCHMAND

Knoblauch abziehen und in den Mixtopf geben.

Blätter vom **Thymian** abzupfen, zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Die **Hälfte** des **Honigs** zugeben und **3 Min./50 °C/Stufe 1** erwärmen. Einmal mit dem Spatel über den Mixtopfboden rühren um den **Honig** zu lösen. **Schmand**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **10 Sek./Stufe 4** vermengen.



4 DRESSING ZUBEREITEN

Petersilienblätter abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen. Restlichen **Honig** in den Mixtopf geben und **3 Min./50 °C/Stufe 1** erwärmen.

Währenddessen den **Apfel** vierteln und das Kerngehäuse entfernen. **Apfelviertel**, **Salz***, **Pfeffer***, **10 g [15 g | 20 g] Öl*** und **Senf** in den Mixtopf zugeben und **3 Sek./Stufe 4** zerkleinern. **Apfeldressing** in eine große Schüssel umfüllen.



2 ROTE BETE ZUBEREITEN

Galette-Teig auf 1 [2] **Backblech** ausrollen. **Teig** gleichmäßig mit der **Schmandcreme** bestreichen, dabei ca. 1 cm am Rand frei lassen.

Mixtopf spülen und trocknen. Beim Auspacken der **Rote Bete** die Packung über den Mixtopf halten, damit der **Rote-Bete-Saft** im Mixtopf aufgefangen wird.

Rote Bete in grobe Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Balsamicocreme**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **3 Sek./Stufe 4** zerkleinern.



5 KLEINIGKEITEN

In den letzten 5 Min. der **Galette**-Backzeit **Walnüsse** mit auf das **Backblech** geben und mitbacken.

Rucola in die Schüssel zum **Apfeldressing** geben und mischen.



3 GALETTE BACKEN

Rote Bete auf dem **Schmand** verteilen. Äußeren Rand vom **Galette-Teig** nach innen klappen, sodass ein 2 cm breiter Rand entsteht. **Hirtenkäse** zerbröseln und die ganze **Galette** damit bestreuen.

Galette für 20 – 25 Min. backen, bis der Teig goldbraun ist.

Währenddessen Mixtopf spülen und trocknen und mit der Zubereitung fortfahren.



6 ANRICHTEN

Galette aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. **Galette** mit **Petersilie** bestreuen, vierteln und auf Teller verteilen. **Salat** mit **Walnüssen** bestreuen und mit der **Galette** genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Quiche-Teig 1)	1	2	2
Honig	20 g	30 g	40 g
Schmand 5)	150 g	225 g	300 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Petersilie glatt/Zitronenthymian	5 g	10 g	10 g
Hirtenkäse 5)	100 g	150 g	200 g
vorgegarte Rote Bete	250 g	375 g	500 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Walnüsse 7)	20 g	30 g	40 g
Apfel DE	1	2	2
Balsamico-Crème 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	20 ml	20 ml
Öl* für Schritt 4	10 g	15 g	20 g
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 (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	1051 kJ/251 kcal	6.243 kJ/1.492 kcal
Fett	12,40g	73,63g
- davon ges. Fettsäuren	4,08g	24,23g
Kohlenhydrate	18,13g	107,67g
- davon Zucker	6,76g	40,17g
Eiweiß	4,23g	25,10g
Salz	0,514g	3,056g

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

1) Glutenhaltiges Getreide 4) Senf 5) Milch
7) Schalenfrüchte 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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

2020 | KW 20 | 9 HelloFRESH