

# Spanischer Kartoffelsalat mit pikanter Mojo Rojo

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Vegan Klimaheld unter 650 Kalorien 25 – 35 Minuten • 502 kcal • Tag 3 kochen

22



Kartoffeln (Drillinge)



rote Spitzpaprika



Sonnenblumenkerne



Frühlingszwiebel



Tomatenmark



Gewürzmischung „Hello Piri Piri“



Knoblauchzehe



Petersilie glatt



Schnittlauch



bunte Kirschtomaten



grüne Paprika



Rucola



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

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten

Wasser\*, Salz\*, Pfeffer\*, Olivenöl\*, Zucker\*, Weißweinessig\*

## Kochutensilien

1 großen Topf mit Deckel, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	1000 g	1200 g
rote Spitzpaprika NL   ES   MA	2	3	4
Sonnenblumenkerne	20 g	40 g	40 g
Frühlingszwiebel DE   EG   MA   IT	2	3	4
Tomatenmark	70 g	105 g**	140 g
Gewürzmischung „Hello Piri Piri“	4 g	6 g	8 g
Knoblauchzehe ES	2	3	3
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
bunte Kirschtomaten	200 g	300 g	400 g
grüne Paprika NL   ES	1	1	2
Rucola	50 g	75 g	100 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. 780 g)
Brennwert	269 kJ/64 kcal	2101 kJ/502 kcal
Fett	2,14 g	16,75 g
– davon ges. Fettsäuren	0,28 g	2,19 g
Kohlenhydrate	8,93 g	69,76 g
– davon Zucker	2,80 g	21,90 g
Eiweiß	1,85 g	14,43 g
Salz	0,065 g	0,509 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:** Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!

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



## Kartoffeln kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

**Drillinge** in 1 cm breite Scheiben schneiden und in einen großen Topf geben. Soviel heißes **Wasser\*** angießen, bis es ca. 3 cm über den **Kartoffeln** steht.

**Wasser** kräftig **salzen\***, zum Kochen bringen und die **Kartoffelscheiben** ca. 10 – 12 Min. köcheln lassen, bis sie weich sind, aber nicht zerfallen. Danach durch ein Sieb lassen und zurück in dem Topf geben.

In der Zwischenzeit mit dem Rezept fortfahren.



## Mojo Rojo zubereiten

**Gemüsepfanne** mit 100 ml [150 ml | 200 ml] **Wasser\*** ablöschen und einmal gut durchrühren.

**Pfanneninhalt**, Hälfte des **Schnittlauchs**, **Petersilienstiele** und 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl\*** in ein hohes Rührgefäß geben. Mit Hilfe eines Pürierstabs zu einer **Soße** pürieren. Mit **Salz\***, **Pfeffer\***, **Zucker\*** und **Essig\*** abschmecken.



## Mojo vorbereiten

**Spitzpaprika** längs halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden.

Weißer Teil der **Frühlingszwiebel** längs halbieren und grob zerkleinern.

**Knoblauch** grob hacken.

**Petersilienblätter** zupfen und Stiele beiseitelegen.



## Salat vorbereiten

In einer kleinen Schüssel **Rucola**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** mischen.

**Grüne Paprika** halbieren, entkernen und in 1 cm Würfel schneiden.

Grünen Teil der **Frühlingszwiebel** in feine Ringe schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren.

**Petersilienblätter** und den restlichen **Schnittlauch** fein hacken.

**Gemüse** und **Kräuter** zu den **Kartoffeln** geben und vermischen.



## Gemüse rösten

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe, **Spitzpaprika**, weiße **Frühlingszwiebel**, **Sonnenblumenkerne** und eine Prise **Salz\*** bei mittelhöher Hitze 5 – 7 Min. rösten.

**Tipp:** Wenn du die Paprika mit Hilfe eines Kochlöffels andrückst, wird sie gleichmäßig braun.

**Pfanneninhalt** mit 3 EL [4,5 EL | 6 EL] **Essig\*** ablöschen.

**Tomatenmark**, **Knoblauch** und „Hello Piri Piri“ hinzufügen und 1 Min. köcheln lassen.



## Anrichten

**Mojo Rojo** zu dem Topf geben, gut durchmischen und mit **Pfeffer\*** abschmecken.

**Kartoffelsalat** auf Teller verteilen und den marinierten **Rucola** um den **Kartoffelsalat** anrichten.

**Guten Appetit!**

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

