

# Californian Sandwich! mit Avocado und Cream Cheese, dazu Ofenkartoffeln und Salat

Vegetarisch **Wenig Vorbereitung** 30 – 35 Minuten • 926 kcal • Tag 3 kochen

30



Kartoffeln (Drillinge)



Gewürzmischung „Hello Patatas“



Steinofenbaguette



Frühlingszwiebel



Frischkäse



Gewürzmischung „Hello Piri Piri“



geriebener Hartkäse



Karotte



Salatmischung



Sahnejoghurt



Limette, gewachst



Avocado



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

**Gut im Haus zu haben**

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Olivenöl\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

## Was Du benötigst

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

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drilllinge)	400 g	600 g	800 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
Steinofenbaguette <b>15</b>   <b>16</b>	1	1,5**	2
Frühlingszwiebel <b>DE</b>   <b>EG</b>   <b>IT</b>	1	2	2
Frischkäse <b>7</b>	100 g	150 g	200 g
Gewürzmischung „Hello Piri Piri“	4 g	6 g	8 g
geriebener Hartkäse <b>7</b>   <b>8</b>	20 g	40 g	40 g
Karotte <b>DE</b>   <b>NL</b>   <b>ES</b>   <b>IL</b>	1	2	2
Salatmischung	50 g	75 g	100 g
Sahnejoghurt <b>7</b>	75 g	100 g	150 g
Limette, gewachst <b>VN</b>   <b>BR</b>   <b>CO</b>   <b>MX</b>	1	1	1
Avocado <b>MX</b>   <b>CL</b>   <b>KE</b>   <b>ZW</b>   <b>CO</b>   <b>MA</b>   <b>ES</b>   <b>IL</b>   <b>PE</b>   <b>DO</b>	1	2	2
Öl*, Olivenöl*	Angaben im Text		
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. 630 g)
Brennwert	611 kJ/146 kcal	3873 kJ/926 kcal
Fett	6,73 g	42,61 g
– davon ges. Fettsäuren	2,71 g	17,16 g
Kohlenhydrate	17,14 g	108,57 g
– davon Zucker	2,62 g	16,61 g
Eiweiß	3,84 g	24,34 g
Salz	0,506 g	3,205 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 **16** Gerste

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **MX:** Mexiko **CL:** Chile **KE:** Kenia **ZW:** Simbabwe **CO:** Kolumbien **BR:** Brasilien **DO:** Dominikanische Republik **MA:** Marokko **IL:** Israel **ES:** Spanien **PE:** Peru **EG:** Ägypten **IT:** Italien **NL:** Niederlande **VN:** Vietnam



## Kartoffeln backen

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

**Kartoffeln** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, dabei Platz für das **Baguette** lassen.

**Kartoffeln** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Gewürzmischung „Hello Patatas“**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. backen, bis die **Kartoffeln** weich sind.



## Baguette backen

**Baguette** quer halbieren, dann der Länge nach aufschneiden. Die Schnittflächen zuerst mit **Frischkäse** bestreichen, dann mit „**Hello Piri Piri**“ und **Salz\*** bestreuen. Mit **Hartkäse** und weißen **Frühlingszwiebelringen** toppen.

**Baguettehälften** neben die **Kartoffeln** legen und 10 – 12 Min. mitbacken, bis sie knusprig sind.

**Tipp:** Nutze für 3 und 4 Personen am besten 2 Backbleche.



## Für den Dip

**Limette** in 6 Spalten schneiden.

In einer kleinen Schüssel **Joghurt** mit **Salz\***, **Pfeffer\*** und einigen Tropfen **Limettensaft** verrühren.

Weißem und grünem Teil der **Frühlingszwiebeln** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.



## Fertigstellen

**Avocado** halbieren, Stein entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in Scheiben schneiden.

**Baguettehälften** aus dem Ofen nehmen, die unteren Hälften mit etwas **Salat** belegen.

**Avocadoscheiben** darauf verteilen, mit etwas **Limettensaft** beträufeln und mit den oberen Hälften abdecken.



## Für den Salat

In einer großen Schüssel **Soft** von 1 [1,5 | 2] **Limettenspalte**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Dip** verrühren.

**Karotte** schälen und in die große Schüssel reiben.

**Salatmischung** und **grüne Frühlingszwiebelringe** ebenfalls in die große Schüssel geben und gut durchmischen.



## Anrichten

**Sandwiches**, restlichen **Salat** und **Ofenkartoffeln** auf Tellern anrichten und mit dem restlichen **Dip** und restlichen **Limettenspalten** genießen.

## Guten Appetit!

### Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in Deiner Box fehlt!

