



Hähnchen-Burger mit Mozzarella,

würziger Zwiebelade und knusprigen Ofen-Pommes



HELLO OREGANO

Sein würziges Aroma verdankt der Oregano dem Mix aus ätherischen Ölen – vor allem Thymol und Carvacrol sorgen für den intensiven Geschmack.



Hähnchenbrustfilet



Kartoffeln



Tomate



Oregano



rote Zwiebel



Salatherz



Mozzarella



Burgerbrötchen



saure Sahne



Holzspieße

40 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung

Tag 1-3 kochen

Es ist Zeit für Burger! Zart gebratenes, **proteinreiches** Hähnchenbrustfilet mit einer würzigen Zwiebelade in einem herzhaften Burgerbrötchen und dazu knusprige Ofen-Pommes – 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!

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

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.

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, ein wenig zusammendrücken und mit je einem **Holzspieß** von oben fixieren.

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 NL	1	1 (groß)	2
Oregano	5 g ☉	7,5 g ☉	10 g
Salatherz	1	2 (klein)	2
Mozzarella 7)	125 g	250 g	250 g
saure Sahne 7)	200 g	400 g	400 g
rote Zwiebel NZ	1	2 (klein)	2
Hähnchenbrustfilet	280 g	420 g	560 g
Burgerbrötchen 1) 11)	2	3	4
Holzspieße	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	537 kJ/127 kcal	4169 kJ/980 kcal
Fett	6 g	41 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	18 g
Kohlenhydrate	13 g	98 g
- davon Zucker	2 g	16 g
Eiweiß	8 g	59 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 11) Sesam

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

URSPRUNGLÄNDER

NL: Niederlande, **NZ:** Neuseeland

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

#HelloFreshDE

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

Guten Appetit!