



# Schneckenspaß im hohen Gras unter Apfel-Sonne

Beliebte Kindergerichte mit Snack-Spaß

Vegetarisch **schnell** 25 – 35 Minuten • 1078 kcal • Tag 3 kochen

39



Frischer Butter-Blätterteig



Basilikum



Apfel



Sonnenblumenkerne



Knoblauchzehe



Hartkäse ital. Art, geraspelt



Feldsalat



Zitrone, gewachst



süßer Senf



Crème fraîche, Bio



Tomate (Roma)



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

# Los geht's

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Olivenöl\*, Salz\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab und 1 große Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Frischer Butter-Blätterteig <b>7   15</b> )	1	2	2
Basilikum	20 g	40 g	40 g
Apfel <b>DE   NL   IT</b>	1	2	2
Sonnenblumenkerne	40 g	60 g	80 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Hartkäse ital. Art, geraspelt <b>7   8</b> )	40 g	60 g	80 g
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
Zitrone, gewachst <b>ES   ZA   AR   EG</b>	1	1	1
süßer Senf <b>9</b> )	15 ml	15 ml	30 ml
Crème fraîche, Bio <b>7</b> )	100 g	150 g**	200 g
Tomate (Roma) <b>NL   MA   ES</b>	1	2	2

\*\*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.)

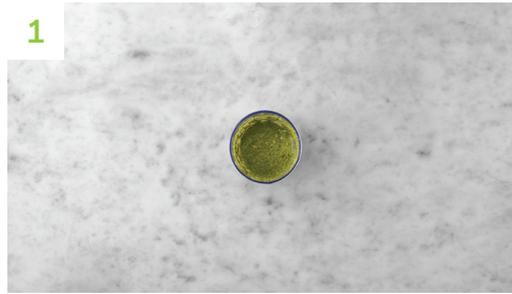
	100 g	Portion (ca. 470 g)
Brennwert	960 kJ/230 kcal	4509 kJ/1078 kcal
Fett	14,9 g	70,1 g
– davon ges. Fettsäuren	7,5 g	35,2 g
Kohlenhydrate	17,9 g	84,1 g
– davon Zucker	5,3 g	24,8 g
Eiweiß	5,4 g	25,5 g
Salz	0,33 g	1,55 g

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 **9**) Senf **15**) Weizen

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

**Ursprungsländer:** **NL:** Niederlande **IT:** Italien **ES:** Spanien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **EG:** Ägypten **MA:** Marokko



## 1 Pesto zubereiten

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

**Basilikumblätter** von Stielen zupfen.

**Knoblauchzehe** abziehen.

In einem hohen Rührgefäß **Basilikumblätter**, **Sonnenblumenkerne**, **Knoblauch**, **Hartkäse**, **Crème fraîche**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** mithilfe eines Pürierstabs zu einem **Pesto** verarbeiten.



## 2 Schnecken aufrollen

**Blätterteig** ausrollen und mit **Pesto** bestreichen.

**Teig** von der kurzen Seite fest aufrollen und ohne festzudrücken, in 8 Stücke schneiden.

**Schnecken** auf eins der flachen Seiten legen und das Backpapier auf ein Backblech geben.

**Schnecken** 15 – 18 Min. backen, bis sie goldbraun und aufgegangen sind.



## 3 Sonne und Pflanzen vorbereiten

**Apfel** halbieren, entkernen und in feine Scheiben schneiden.

**Tomate** in feine Scheiben schneiden.



## 4 Garten anfangen

**Zitrone** in 6 Spalten schneiden.

In einer großen Schüssel **Soft** von 1 [2 | 2]

**Zitronenspalte**, **Senf**, 2 EL **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zu einem **Dressing** mischen.



## 5 Garten gießen

**Feldsalat** unter das **Dressing** heben.



## 6 Anrichten

**Salat** auf Teller verteilen. Mit **Tomatenscheiben** und **Pestoschnecken** toppen.

**Apfelscheiben** zu einer Sonne auf einem zweiten Teller anrichten.

Mit einer **Zitronenscheibe** servieren.

**Guten Appetit!**

### gewachste Zitrone

Bitte beachte, dass die im Lieferumfang enthaltene Schale der Zitrone möglicherweise konventionell mit Bienenwachs behandelt wurde und diese somit nicht als vegan ausgewiesen werden kann. Für die Zubereitung des Gerichts wird die Schale der Zitrone jedoch nicht benötigt.

### Für mehr Essensfreu(n)de:

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

