



# HACKBÄLLCHEN MIT SESAM

*Rote-Bete-Couscous & Hummus*

---

CA. 15 MINUTEN

---

# HACKBÄLLCHEN MIT SESAM

## ROTE-BETE-COUSCOUS & HUMMUS

*Los geht's*

Alle Produkte auftauen.



### *Schritt 1*

Hummus, Rote-Bete-Couscous und Hackbällchen bereitstellen. Hackbällchen für ca. 8 Minuten bei 180 Grad Heißluft in den Backofen/Kombidämpfer schieben. Eine Pfanne auf dem Herd erhitzen. Aromabeutel mit Hummus aufschneiden und mittig auf den Teller geben.



### *Schritt 2*

Hackbällchen nachbraten oder frittieren bis sie goldbraun sind. Zusammen mit etwas Olivenöl auf den Hummus platzieren.



### *Schritt 3*

Mit Rote-Bete-Couscous und etwas Kresse garnieren.

*Guten Appetit!*

### JETZT IM WEBSHOP BESTELLEN

Produkt	Grammatur
36400162 <a href="#">Hackbällchen vom Hähnchen mit Sesam</a>	90 g
32900622 <a href="#">Rote-Bete-Couscous</a>	100 g
32900643 <a href="#">Hummus mit Tahina</a>	10 g

FRISCHE  
MANUFAKTUR  
SEIT 1974



# KALBSBÄCKCHEN MIT KARTOFFELGRATIN

*Gebratener Brokkoli*

---

CA. 40 MINUTEN

---

# KALBSBÄCKCHEN MIT KARTOFFELGRATIN

## GEBRATENER BROKKOLI

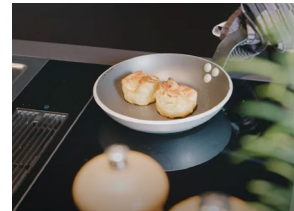
*Los geht's*

Kalbsbäckchen und Kartoffelgratin auftauen, Brokkoli waschen.



### *Schritt 1*

Kalbsbäckchen für 35 Minuten bei 96 Grad Dampf im Kombidämpfer regenerieren oder im Wasserbad erwärmen. Backofen vorheizen.



### *Schritt 2*

Kartoffelgratin und Brokkoli bereitstellen. Brokkoli in Röschen portionieren und der Länge nach halbieren. Währenddessen das Kartoffelgratin bei 180 Grad für 15 Minuten im Ofen backen. Eine Pfanne auf dem Herd erhitzen und Brokkoli darin anbraten.



### *Schritt 3*

Aromabeutel der Kalbsbäckchen aufschneiden und für ein besseres Handling in einen Topf geben. Kartoffelgratin auf dem Teller platzieren und Kalbsbäckchen zusammen mit den gebratenen Brokkoli auf dem Teller anrichten.



### *Schritt 4*

Mit Kresse garnieren.

*Guten Appetit!*

#### JETZT IM WEBSHOP BESTELLEN

Produkt	Grammatur
31500084 <a href="#">Kalbsbäckchen in eigener Jus</a>	270 g
35100045 <a href="#">Kartoffelgratin</a>	160 g



FRISCHE  
MANUFAKTUR  
SEIT 1974



# BLAUBEER-AMARETTINI-TARTE

*Beeren & Streusel*

---

CA. 5 MINUTEN

---

# BLAUBEER-AMARETTINI-TARTE

## BEEREN & STREUSEL

*Los geht's*

Blaubeer-Amarettini-Tarte antauen. Streusel auftauen.



### *Schritt 1*

Erdbeeren waschen und in Scheiben schneiden, Blaubeeren sortieren und waschen. Blaubeer-Amarettini-Tarte auf dem Teller anrichten und fertig auftauen lassen.



### *Schritt 2*

Mit Erdbeeren, Blaubeeren, Kresse und Streusel dekorieren.

*Guten Appetit!*

### JETZT IM WEBSHOP BESTELLEN

Produkt	Grammatur
36000198 <a href="#">Blaubeer-Amarettini-Tarte</a>	70 g
36000927 <a href="#">Gebackene Streusel</a>	30 g