



ALLES DRIN.

\*\*\*\*\*Wochenkarte ab 23. April\*\*\*\*\*

Ab Montag

Black Bean Burrito mit Paprika und Cheddar-Käse

Ab Dienstag

Sucuk-Flammkuchen mit Feta und Oliven

Ab Mittwoch

Hummus mit Champignons

Ab Donnerstag

Allgäuer Kässpätzle

3 mal in Hamburg:

- U Bahn Hoheluftbrücke, Mo-Fr, ab 16.30 bis 19 Uhr
- U Bahn Schlump (im Blumenladen), Mo-So, ab 10 bis 20 Uhr
- ZOB Altona, Mo-Fr, ab 16.30 bis 19 Uhr



01575 7075080

hallo@chriskochtuete.de

+++facebook.com/chriskochtuete oder auf Google (Eine Review wäre toll!)+++

# Senfeier mit Kartoffeln und Orange

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Salz, Pfeffer, eine Schneidebrett, Messbecher, eine Kochnadel bzw. Sehr spitzes Messer, einen großen sowie einen kleinen Topf bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 30 min gibt's schon lecker Essen.

**Kartoffeln** je nach Größe vierteln oder sechsteln, nicht zu klein und in gesalzenem Wasser ca. 20 Min köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich, aber noch etwas Biss haben. Gern etwas mehr Wasser, die Eier sollen auch noch Platz haben. Eier anpieksen. Gegen Ende noch für 8 Minuten die Eier mit zu den Kartoffeln legen und mitkochen. Eier ca. 30 Sek lang unter kaltem Wasser abschrecken. Pellen und halbieren.

In einem kleinen Topf **Creme fraiche**, **Senf** (beides in einem Behälter), die **Butter** und etwas Wasser (1P: 65ml/2P: 130ml) erhitzen. Wenn alles geschmolzen ist, langsam die **Gemüsebrühe** und das **Mehl** (Beides in einer Papiertüte) einrühren, bis eine schön-sämige Soße entsteht. Runterschalten und nur noch warm halten. Salzen und pfeffern. Bei Bedarf einfach noch etwas Wasser hinzufügen. **Schnittlauch** waschen und klein schnippeln. **Orange** halbieren.

Eier, Kartoffeln und Senf-Soße auf schönen Tellern servieren. Die Soße mit Orangensaft beträufeln und alles mit Schnittlauch garnieren. Das war's schon. Du hast lecker Essen gemacht. Und wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu! Es ist Dein Werk.

Genieß Deinen Feierabend

☞----Gepackt von

Chris

(11 Unterschriften = 1 Gratis-Tüte:)

Ps. Über eine Review auf Google oder Facebook würde ich mich sehr freuen

