



HALLOUMI-AUBERGINEN-BURGER

mit Zwiebel-Relish und Pastinaken-Karotten-Stäbchen



HELLO HALLOUMI

Halloumi ist eine arabische Urform der Käsezubereitung – sie gilt in vielen Mittelmeerländern als unverzichtbare Spezialität!



Ciabatta-Brötchen



Pastinake



Karotten



rote Zwiebel



Aubergine



Halloumi



Rucola

30 Minuten

Stufe 2

Veggie

Zeit sparen

Einfach zum Anbeißen lecker! Halloumi ist schon lange kein Geheimtipp mehr und gilt insbesondere beim Grillen als echter Leckerbissen. Er lässt sich aber auch im Frühling super kombinieren – zum Beispiel auf einem herzhaften Burger mit frischem Rucola! Mhhh... lass es Dir schmecken!

Wasche das **Gemüse** ab. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 kleine Pfanne** und **1 große Pfanne**. Entdecke den **Halloumi-Auberginen-Burger**.



1 FÜR DIE GEMÜSESTÄBCHEN

Pastinake und **Karotten** schälen und in ca. 5 cm Länge und 1 cm breite Stäbchen schneiden. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl**, **Salz** und **Pfeffer** vermischen und 20 – 25 Min. auf der mittleren Schiene im Backofen knusprig backen. In der Zwischenzeit kannst Du mit der Zubereitung fortfahren.



2 GEMÜSE SCHNEIDEN

Rote Zwiebel abziehen, halbieren und in sehr feine Streifen schneiden. Enden der **Aubergine** entfernen, dann quer in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden. **Halloumi** in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.



3 FÜR DAS RELISH

In einer kleinen Pfanne ½ EL [1 EL] **Öl** und ½ EL [1 EL] **Butter** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Zwiebelstreifen** darin ca. 3 Min. glasig anschwitzen. 1 TL **Zucker** dazugeben und ca. 3 Min. bei schwacher Hitze anbraten.



4 WÄHRENDEDESSEN

In einer großen Pfanne 1 EL [2 EL] **Öl** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Auberginenscheiben** darin ca. 3 Min. je Seite braten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und kurz beiseitestellen. Erneut 1 TL [1 EL] **Öl** bei mittlerer Hitze in der Pfanne erwärmen und **Halloumischeiben** von beiden Seiten 1 – 2 Min. knusprig anbraten.



5 CIABATTA AUFBACKEN

In den letzten 5 Min. der Backzeit der **Gemüsestäbchen** die **Ciabatta-Brötchen** mit in den Backofen geben und aufbacken.



6 ANRICHTEN

Aufgebackene **Ciabatta-Brötchen** aufschneiden, mit **Auberginen-** und **Halloumischeiben** belegen, **Relish** und **Rucola** darauf geben, zusammenklappen und zusammen mit den **Gemüse-Stäbchen** genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

| | 2P | 4P |
|----------------------|-------|-------|
| Pastinake DE | 1 | 2 |
| Karotten | 3 | 6 |
| rote Zwiebel NL | 1 | 2 |
| Aubergine ES | 1 | 2 |
| Halloumi 7) | 125 g | 250 g |
| Ciabatta-Brötchen 1) | 2 | 4 |
| Rucola | 50 g | 100 g |

(Oliven-)Öl*, Salz*, Pfeffer*, Butter* 7), Zucker*

* Gut im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern]
 ☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

| DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO 100 g | 100 g | PORTION (ca. 650 g) |
|---------------------------------------|-----------------|---------------------|
| Brennwert | 498 kJ/119 kcal | 3039 kJ/726 kcal |
| Fett | 7 g | 41 g |
| – davon ges. Fettsäuren | 2 g | 15 g |
| Kohlenhydrate | 10 g | 61 g |
| – davon Zucker | 1 g | 6 g |
| Eiweiß | 4 g | 23 g |
| Ballaststoffe | 1 g | 5 g |
| Salz | 1 g | 5 g |

ALLERGENE

1) Gluten 7) Lactose

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, NL: Niederlande, ES: Spanien

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@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!