Halloumi-Auberginen-Burger

mit Zwiebelrelish und Pastinaken-Karotten-Sticks

17

Vegetarisch | Viel Gemüse | Thermomix kocht • 816 kcal • Tag 3 kochen

Pastinake

rote Zwiebel

Aubergine

Rucola

Joghurt

Karotte

Halloumi

Mayonnaise

Briochebrötchen

Gewürzmischung „Hello Harissa“

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

thermomix

20 [25 | 25] Min. 35 [40 | 40] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Wasser*, Olivenöl*, Butter*, Zucker*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Schüssel, 2 Backbleche mit Backpapier und 2 kleine Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Pastinake	1	1,5**	2
rote Zwiebel **DE** | **NL** | **EG**	1	1	2
Aubergine **NL** | **ES**	1	1	1
Rucola	50 g	75 g	100 g
Joghurt **7)**	100 g	150 g	200 g
Karotte **DE**	2	3	4
Halloumi **7)**	200 g	250 g	400 g
Mayonnaise **8) 9)**	17 ml	34 ml	34 ml
Briochebrötchen **8) 15)**	2	3	4
Gewürzmischung „Hello Harissa“	2 g	2 g	4 g
Butter*, Zucker*, Öl*, Olivenöl*, Wasser*	Angaben im Text		
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

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 630 g)
Brennwert	676 kJ/162 kcal	4280 kJ/1023 kcal
Fett	10,09 g	63,88 g
– davon ges. Fettsäuren	3,41 g	21,60 g
Kohlenhydrate	11,67 g	73,86 g
– davon Zucker	4,52 g	28,62 g
Eiweiß	4,67 g	29,54 g
Salz	0,684 g	4,332 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: DE: Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **EG:** Ägypten

2022-W24

1

Für das Relish

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.
Rote Zwiebel abziehen, halbieren, in sehr feine Streifen schneiden und in den Mixtopf geben.

15 g [**25 g | 30 g**] **Butter***, 10 g [**15 g | 20 g**] **Zucker***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **8 Min./120 °C/ /Stufe 1** dünsten.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

2

Gemüsestäbchen

Pastinake und **Karotten** schälen, in ca. 5 cm lange und 1 cm dicke Stäbchen schneiden und in eine große Schüssel geben.

„**Hello Harissa**“-**Gewürzmischung**, 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, mischen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech flach verteilen.

Gemüsesticks 20 – 25 Min. im Backofen knusprig backen. Nach 10 Min. die **Aubergine** zugeben, siehe Schritt 3.

3

Aubergine backen

Enden der **Aubergine** entfernen, **Aubergine** in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und **salzen***.

Auberginenscheiben auf einem zweiten mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Öl*** beträufeln, für 15 Min. im Backofen mitbacken und mit dem Rezept fortfahren.

4

Für den Halloumi

Halloumi in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf dem Varoma-Einlegeboden und in den Varoma-Behälter verteilen und **pfeffern***. V-Einlegeboden in den V-Behälter einsetzen und Varoma verschließen.

Zwiebelrelish in eine kleine Schüssel umfüllen und Mixtopf spülen.

450 g **Wasser*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **12 Min./Varoma/Stufe 1** garen.

Währenddessen **Burgerbrötchen** für 5 Min. mit in den Backofen geben und aufbacken.

5

Joghurt & Burgerbuns

Joghurt und **Mayonnaise** in eine kleine Schüssel geben, verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Aufgebackene **Burgerbrötchen** aufschneiden und beide Seiten mit etwas **Joghurtdip** bestreichen. **Burgerbrötchen** mit **Auberginen** und **Rucola** belegen.

Varoma abnehmen und vorsichtig öffnen (**Achtung: heiß!**). Heiße **Halloumischeiben** auf den **Rucola** legen, darauf den **Zwiebelrelish** streichen und **Burger** zusammenklappen.

6

Anrichten

Burger auf Teller verteilen.

Gemüsestäbchen und **Joghurtdip** dazu anrichten und genießen.

Guten Appetit!

Harissa

Harissa ist eine aus dem afrikanischen Raum stammende scharfe Gewürzmischung, die viel gemahlenen Chili beinhaltet. Geh vorsichtig bei der Dosierung um.

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
http://www.hellofresh.de/freunde