



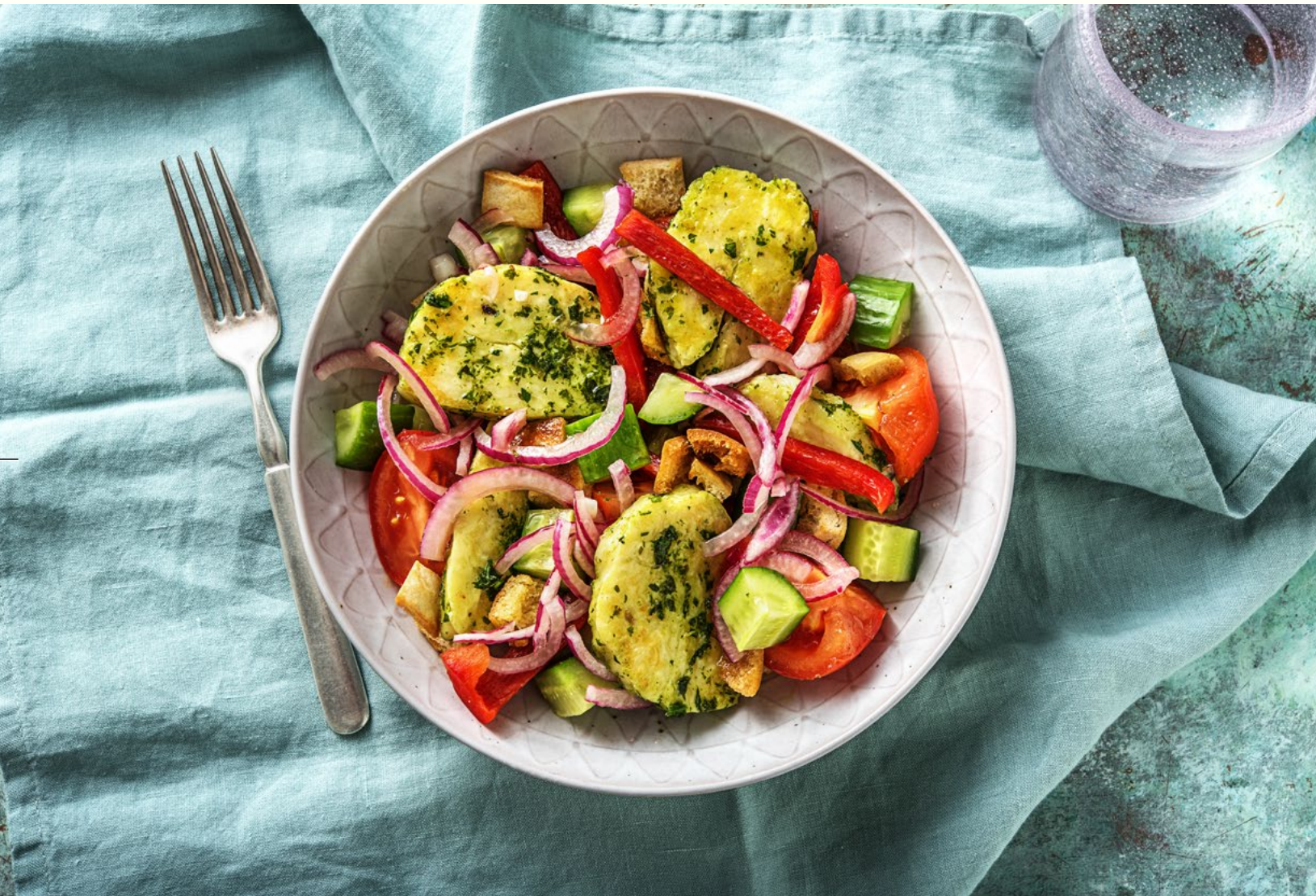
# Bunter Halloumi-Brot-Salat

mit marinierten Zwiebelringen, Tomate, Gurke & Paprika



## MINZE

Minze kann in der Küche fast alles! Tee, Desserts, Cocktails, Salate, Fleisch- und Gemüsegerichte profitieren von ihrem frischen Geschmack.



Halloumi



Basilikum



Minze



Petersilie



Knoblauchzehe



Balsamico-Essig



Tomate



Gurke



Mini-Fladenbrot



Zitrone



rote Paprika



rote Zwiebel

30 Minuten

Stufe 2

Zeit sparen

leichter Genuss

Veggie

Dieser herzhafte und bunte Halloumi-Brot-Salat ist perfekt für einen entspannten Abend, an dem Du Lust auf ein etwas leichteres Abendessen hast. Genieße die letzten Sonnenstrahlen des Tages mit unserer Komposition: Marinierte und angebratene Halloumi-Scheiben, Fladenbrotwürfel, Tomate und eingelegte Zwiebelstreifen machen dieses Rezept zu einem wahren Geschmackserlebnis. Wir wünschen Dir einen guten Appetit!



Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst du **1 hohes Rührgefäß**, **1 große Schüssel**, **1 große Pfanne**, einen **Pürrierstab** und **Küchenpapier**.



## 1 HALLOUMI MARINIEREN

**Kräuter** grob hacken und in ein hohes Rührgefäß geben.

**Knoblauch** abziehen und zu den **Kräutern** geben.

**Zitrone** halbieren und den **Saft** einer **Zitronenhälfte** zu den **Kräutern** pressen.

**Öl\*** und **Wasser\*** zugeben und alles mithilfe eines Pürrierstabs mixen.

**Halloumi** abwaschen, trocken tupfen, in 1 cm breite Scheiben schneiden und mit dem **Pesto** marinieren.



## 4 GEMÜSE SCHNEIDEN

**Tomaten** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** vierteln und mit etwas **Zucker\*** und **Salz\*** bestreuen.

**Gurke** in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

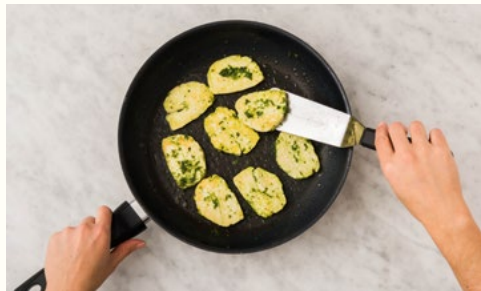
**Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm breite Streifen schneiden.



## 2 ZWIEBELN MARINIEREN

**Rote Zwiebel** abziehen, halbieren und in sehr feine Streifen schneiden.

In einer großen Schüssel **Zwiebelstreifen** mit **Balsamico-Essig** und **Olivenöl\*** vermischen und mind. 10 Min. ziehen lassen



## 5 HALLOUMI BRATEN

Erneut Pfanne ohne weitere Fettzugabe stark erhitzen und marinierten **Halloumi** darin je Seite 3-4 Min. anbraten.

Anschließend **Halloumi** aus der Pfanne nehmen.



## 3 BROTWÜRFEL ZUBEREITEN

**Mini-Fladenbrot** in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

In einer großen Pfanne **Öl\*** erhitzen, **Fladenbrotwürfel** darin unter Wenden ca. 5 Min. knusprig braten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen.

**TIPP:** Brotwürfel bei 200 Grad im Ofen backen. So werden die Würfel gleichmäßig knusprig.



## 6 ANRICHTEN

**Gurkenwürfel**, **Tomatenviertel**, **Fladenbrotwürfel**, **Paprikastreifen** und den **Saft** der zweiten **Zitronenhälfte** zu den **Zwiebelstreifen** in die Schüssel geben und alles vorsichtig vermischen.

**Salat** auf Teller verteilen und **Halloumi** darauf anrichten.

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Basilikum/Minze/Petersilie	20 g	20 g	40 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Zitrone ES	½	¾	1
Balsamico-Essig 1) 11)	12ml	18ml ☉	24ml
Halloumi 5)	250 g	450 g	500 g
rote Zwiebel DE	1	1	2
Tomate ES	2	3	4
Gurke ES NL BE	1	1	1
Mini-Fladenbrot 1) 8)	½	¾	1
rote Paprika ES NL	1	1	2
Olivenöl*	2 EL	3 ½ EL	5 EL
Öl*	1 EL	1 ½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	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	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	478 kJ/114 kcal	2573 kJ/615 kcal
Fett	6 g	33 g
- davon ges. Fettsäuren	4	22 g
Kohlenhydrate	7 g	38 g
- davon Zucker	3 g	17 g
Eiweiß	6 g	36 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	0 g	0 g

### ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 8) Sesamsamen

11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien, NL: Niederlande, BE: Belgien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

*Guten Appetit!*