

Honig-Rosmarin-Halloumi mit Ajvargemüse dazu Knoblauchfladenbrot

Vegetarisch Thermomix kocht • 777 kcal • Tag 5 kochen

6



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate



Halloumi



Gewürzmischung
„Hello Mezze“



Aubergine



Knoblauchzehe



Petersilie glatt



Rosmarin



Gemüsebrühe



Joghurt



rote Paprika



Ajvar



rote Zwiebel



Mini-Fladenbrot



Honig

thermomix

⚡ 30 [30 | 35] Min.

🕒 35 [35 | 45] Min.

Gut im Haus zu haben

Pfeffer*, Salz*, Öl*, Olivenöl*, Wasser*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Schüssel, 3 kleine Schüsseln, 1 [2] Backblech und Backpapier und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Halloumi 7	200 g	250 g	400 g
Gewürzmischung „Hello Mezza“	2 g	4 g	4 g
Aubergine NL ES	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Petersilie glatt/Rosmarin	10 g	10 g	10 g
Gemüsebrühe 10	4 g	6 g	8 g
Joghurt 7	75 g	100 g	150 g
rote Paprika DE	1	2	2
Ajvar 14	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Mini-Fladenbrot 3 15	1	2	2
Honig	8 g	12 g**	15 g**
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. 550 g)
Brennwert	594 kJ/142 kcal	3251 kJ/777 kcal
Fett	8,09 g	44,31 g
– davon ges. Fettsäuren	3,12 g	17,08 g
Kohlenhydrate	10,88 g	59,56 g
– davon Zucker	3,79 g	20,76 g
Eiweiß	6,29 g	34,45 g
Salz	1,015 g	5,555 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: **3**) Sesam (einschließlich Laktose) **10**) Sellerie **14**) Schwefeldioxide und Sulfite **15**) Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien



1 Gemüse backen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Enden der **Aubergine** abschneiden und **Aubergine** in 2 cm große Würfel schneiden.

Paprika halbieren, entkernen und Hälften in ca. 2 cm große Stücke schneiden.

Gemüse mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** auf einem Backblech mit Backpapier verteilen, vermischen und ca. 25 Min. lang goldbraun backen.

Tipp: Wenn du für 4 Pers. kochst, verwende am besten 2 Backbleche und heize den Backofen auf 200 °C Umluft vor.

Währenddessen fortfahren.



4 Dip & Fladenbrot

Für den **Dip** den **Joghurt** mit **Gewürzmischung** „Hello Mezza“ in einer kleinen Schüssel verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Fladenbrot in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Brotscheiben mit **Knoblauchöl** bestreichen und für 5 – 10 Min. zum **Gemüse** in den Backofen geben, bis diese knusprig und leicht gebräunt sind.



2 Für das Knoblauchöl

Petersilie mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Die Hälfte in eine kleine Schüssel umfüllen.

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und alles mit dem Spatel nach unten schieben.

20 g [30 g | 40 g] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **15 Sek./Stufe 3,5** vermischen.

Knoblauchöl in eine weitere kleine Schüssel umfüllen.



5 Halloumi braten

Halloumi in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen, **Rosmarinzwig** und **Halloumischeiben** in die Pfanne geben und **Halloumi** für ca. 2 – 3 Min. je Seite goldbraun anbraten.

Hitze reduzieren, **Honig** hinzugeben und weitere ca. 1 Min. erhitzen, bis alle **Halloumischeiben** rundherum mariniert sind.



3 Für die Soße

Zwiebel abziehen und halbieren. **Zwiebelhälften** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

10 g [10 g | 15 g] **Öl*** zugeben und **3 Min./120 °C/ Stufe 1** dünsten.

Ajvar, **Gemüsebrühe** und 75 g [110 g | 150 g] **Wasser*** zugeben und **4 Min./100 °C/ Stufe 1** kochen.

Währenddessen fortfahren.



6 Fertigstellen

Gemüse aus dem Ofen in eine große Schüssel umfüllen. **Ajvarsoße** aus dem Mixtopf zugeben, vorsichtig vermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Halloumi mit **Ajvar-Gemüse** und **Brot** auf Tellern verteilen, mit restlicher **Petersilie** garnieren und zusammen mit dem **Mezza-Dip** genießen.

Guten Appetit!