

# Mediterraner Nudelsalat mit Halloumi

## Ofenzucchini, Spinat und Basilikumdressing

Vegetarisch Thermomix hilft • 1177 kcal • Tag 5 kochen

6



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



Halloumi



Knoblauchzehe



Penne



Zucchini



Tomate



Oregano



Petersilie



rote Zwiebel



Basilikumpaste



Mayonnaise



Zitrone, gewachst



Joghurt



Babypinac

**thermomix**

⚡ 25 [25 | 35] Min.

🕒 35 [35 | 40] Min.

**Gut im Haus zu haben**

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Wasser\*

# Los geht's

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

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier, 1 Gemüsereibe, 1 große Schüssel und 3 kleine Schüsseln

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Halloumi <b>7</b>	200 g	250 g	400 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	2	2
Penne <b>15</b>	270 g	360 g	500 g
Zucchini <b>ES   NL</b>	1	2	2
Tomate <b>NL   ES   MA   BE</b>	1	2	2
Oregano/Petersilie	10 g	10 g	10 g
rote Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	2	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	30 ml
Mayonnaise <b>8</b> <b>9</b>	34 ml	51 ml	68 ml
Zitrone, gewachst <b>UY   RS   ES   AR   TR</b>	1	1	2
Joghurt <b>7</b>	75 g**	100 g	150 g
Babyspinat	75 g	75 g	100 g
Öl*, 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. 610 g)
Brennwert	804 kJ/192 kcal	4923 kJ/1177 kcal
Fett	9,61 g	58,86 g
– davon ges. Fettsäuren	3,17 g	19,44 g
Kohlenhydrate	17,92 g	109,73 g
– davon Zucker	2,62 g	16,05 g
Eiweiß	7,78 g	47,63 g
Salz	0,576 g	3,527 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 **MA:** Marokko **BE:** Belgien **EG:** Ägypten **UY:** Uruguay **RS:** Serbien **AR:** Argentinien **TR:** Türkei



## 1 Gemüse backen

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

Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** längs halbieren und in 1 cm dünne Halbmonde schneiden.

**Zwiebel** abziehen und in dünne Streifen schneiden.

**Zucchini** und **Zwiebel** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Gemüse** auf der mittleren Schiene des Backofens für 15 – 20 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.

Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



## 2 Halloumi backen

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und zum Kochen bringen.

Währenddessen Blätter vom **Oregano** abzupfen und grob hacken.

**Halloumi** in ca. 3 cm große Würfel schneiden und in einer großen Schüssel mit **Oregano** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** vermischen.

**Halloumi** neben den **Zucchini**scheiben auf dem Backblech verteilen und für ca. 10 Min. mitbacken, bis der **Halloumi** goldbraun ist.



## 3 Penne kochen

**Penne** ins kochende **Wasser** geben und 7 – 9 Min. bissfest garen.

Anschließend durch den Varoma-Behälter abgießen und mit etwas kaltem Wasser abschrecken.

Währenddessen **Zitrone** heiß abwaschen und die Schale fein abreiben. **Zitrone** halbieren und in 6 [6 | 12] Spalten schneiden.

**Knoblauch** abziehen.

**Petersilie** mit Stielen in ca. 2 cm große Stücke schneiden.



## 4 Dressing zubereiten

**Petersilie** in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Die Hälfte davon in eine kleine Schüssel umfüllen, den Rest mit dem Spatel nach unten schieben.

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

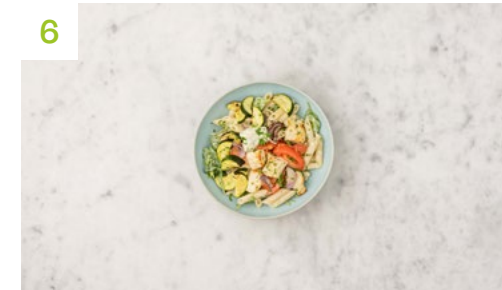
**Joghurt**, **Basilikumpaste**, **Mayonnaise**, **Soft** von 2 [3 | 4] **Zitronenspalten**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./Stufe 4** vermischen und in eine kleine Schüssel umfüllen.



## 5 Salate zubereiten

**Tomate** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in dünne Spalten schneiden und in einer kleinen Schüssel mit 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl\***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zitronenabrieb**, **Pfeffer\*** und **Salz\*** abschmecken.

**Penne** in die große Schüssel aus Schritt 2 geben und mit der Hälfte des **Dressings** und mit dem **Babyspinat** vermengen.



## 6 Anrichten

**Pastasalat** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken und auf Teller verteilen.

**Ofengemüse** und **Tomatensalat** dazu anrichten und mit **Halloumiwürfeln** und restlicher **Petersilie** toppen.

Mit restlichem **Dressing** und **Zitronenspalten** genießen.

**Guten Appetit!**