

Mediterraner Nudelsalat mit Halloumi

Ofenzucchini, Spinat und Basilikumdressing

Family Vegetarisch Thermomix hilft • 1112 kcal • Tag 3 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 7	200 g	250 g	400 g
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Penne 15	270 g	360 g	500 g
Zucchini DE	1	2	2
Tomate DE	1	2	2
Oregano/Petersilie	10 g	10 g	10 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Basilikumpaste	15 ml	24 ml	30 ml
Mayonnaise 8 9	17 ml	34 ml	34 ml
Zitrone, gewachst UV RS ES AR TR	1	1	2
Joghurt 7	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. 590 g)
Brennwert	787 kJ/188 kcal	4653 kJ/1112 kcal
Fett	8,84 g	52,31 g
– davon ges. Fettsäuren	3,08 g	18,22 g
Kohlenhydrate	18,41 g	108,92 g
– davon Zucker	2,53 g	14,96 g
Eiweiß	7,96 g	47,06 g
Salz	0,574 g	3,393 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 **EG:** Ägypten **UV:** Uruguay **RS:** Serbien **ES:** Spanien **AR:** Argentinien **TR:** Türkei



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.



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.



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.



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.



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.



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!