

Salat Trampó! Paprika-Salat mit Chorizo & Oliven

dazu geröstetes Knoblauch-Fladenbrot und Hirtenkäsedip

Wenig Vorbereitung 25 – 35 Minuten • 3159 kJ/755 kcal • Tag 5 kochen



gelbe Paprika



rote Zwiebel



Chorizo



Gewürzmischung „Hello Harissa“



Mini-Fladenbrot



Knoblauchzehe



Hirtenkäse



Sahnejoghurt



grüne Oliven



Salatmischung



Kirschtomaten



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

Gut im Haus zu haben

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Schüssel,
1 kleine Schüssel, Knoblauchpresse und 1 Auflaufform

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
gelbe Paprika NL BE ES	1	2	2
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Chorizo 7)	80 g	120 g	160 g
Gewürzmischung „Hello Harissa“	2 g	4 g	4 g
Mini-Fladenbrot 3) 15)	1	1,5**	2
Knoblauchzehe ES	2	3	4
Hirtenkäse 7)	100 g	150 g	200 g
Sahnejoghurt 7)	100 g	150 g	200 g
grüne Oliven	70 g	70 g	140 g
Salatmischung	75 g	100 g	150 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Olivenöl*	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. 500 g)
Brennwert	632 kJ/151 kcal	3159 kJ/755 kcal
Fett	8,96 g	44,78 g
– davon ges. Fettsäuren	2,52 g	12,62 g
Kohlenhydrate	10,73 g	53,66 g
– davon Zucker	2,93 g	14,64 g
Eiweiß	6,44 g	32,20 g
Salz	1,024 g	5,121 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) Sesamsamen 7) Milch (einschließlich Laktose) 15) Weizen

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

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande EG: Ägypten BE: Belgien ES: Spanien



1 Gemüse schneiden

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

Paprika halbieren, entkernen und **Paprikahälften** in 2 cm große Stücke schneiden.

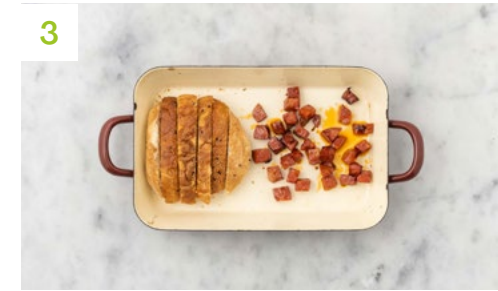
Zwiebel halbieren, abziehen und in dünne Streifen schneiden.



2 Gemüse rösten

Paprika und **Zwiebeln** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, dabei etwas Platz für eine Auflaufform lassen.

Paprika und **Zwiebeln** mit „Hello Harissa“, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** mischen und im Ofen 20 – 25 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.



3 Chorizo rösten

Chorizo in 1 cm große Würfel schneiden und in eine zweite Auflaufform geben.

Fladenbrot für 6 Scheiben einschneiden, aber nicht durchschneiden.

1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** zwischen die Einschnitte träufeln.

Knoblauch abziehen, durch die Presse drücken und zwischen den Einschnitten verteilen.

Fladenbrot neben die **Chorizowürfel** in die Auflaufform legen und beides für 10 Min. neben das **Gemüse** mit in den Ofen geben.



4 Für den Dip

Die Hälfte vom **Hirtenkäse** in eine kleine Schüssel **bröseln**, mit **Joghurt** verrühren und **Hirtenkäse** dabei mit einer Gabel zu feinen Krümeln zerdrücken.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 Für den Salat

Kirschtomaten halbieren.

In einer großen Schüssel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] vom **Hirtenkäsedip**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Essig*** zu einem **Dressing** verrühren.

Mit **Salz***, **Pfeffer*** und einer Prise **Zucker*** abschmecken.

Salatmischung, **Kirschtomaten** und **Oliven** unter das **Dressing** mischen.



6 Anrichten

Salat auf Teller verteilen, mit **Ofengemüse** und **Chorizowürfeln** toppen. Restlichen **Hirtenkäse** darüber krümeln.

Mit **Hirtenkäse-Dip** und geröstetem **Fladenbrot** genießen.

Tipp: Wenn Du magst, träufele das ausgelaufene Chorizofett über die Brotscheiben.

Guten Appetit!

Harissa

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