



# BUNTER HALLOUMI-BROT-SALAT

mit marinierten Zwiebelringen, Tomate, Gurke & Paprika



## HELLO 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



Balsamicoessig



Tomaten



Gurke



Mini-Fladenbrot



Zitrone



rote Paprika



rote Zwiebel

30-40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 2 leichter Genuss

Zeit sparen 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 Knoblauchpresse, 1 große Schüssel, 1 hohes Rührgefäß, 1 große Pfanne** und **1 Pürierstab**.



## 1 HALLOUMI MARINIEREN

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

**Knoblauch** abziehen und je nach Geschmack die halbe oder ganze **Zehe** zu den **Kräutern** pressen.

**Zitrone** halbieren und 1 EL [2 EL | 3 EL] **Zitronensaft** zu den **Kräutern** pressen.

1 EL [1 ½ EL | 2 EL] **Öl\*** und 2 EL [3 EL | 4 EL]

**Wasser\*** zugeben und alles mithilfe eines Pürierstabs mixen.

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



## 4 GEMÜSE SCHNEIDEN

**Tomaten** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** halbieren 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 **Balsamicoessig** und 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl\*** vermischen und ca. 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 1 EL [1 ½ EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen, **Fladenbrotwürfel** darin unter Wenden ca. 5 Min. knusprig braten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen. **★TIPP:** Alternativ die Brotwürfel bei 200 °C Grad im Ofen bei Umluft backen, dann werden die Würfel gleichmäßig knusprig.



## 6 ANRICHTEN

**Gurkenwürfel, Tomatenviertel, Fladenbrotwürfel, Paprikastreifen** und ½ EL [¾ EL | 1 EL] **Zitronensaft** 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 AR   SA	½ ☞	¾ ☞	1
Halloumi 5)	200 g	250 g	400 g
rote Zwiebel ES	1	1	2
Balsamicoessig 1) 11)	12 ml	18ml ☞	24 ml
Mini-Fladenbrot 1) 8)	½ ☞	¾ ☞	1
Tomaten BE   NL	2	3	4
Gurke BE   NL	1	1	2
rote Paprika BE   NL	1	1 (groß)	2
Wasser* für Schritt 1	2 EL	3 EL	4 EL
Öl* für Schritt 1 und 3	je 1 EL	je 1 ½ EL	je 2 EL
Olivenöl* für Schritt 2	2 EL	3 EL	4 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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	516 KJ/123 kcal	2.569 KJ/614 kcal
Fett	8 g	37 g
- davon ges. Fettsäuren	4 g	19 g
Kohlenhydrate	7 g	37 g
- davon Zucker	3 g	15 g
Eiweiß	6 g	31 g
Salz	1 g	1 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

1) Glutenthaltiges Getreide 5) Milch 8) Sesamsamen  
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

### URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien AR: Argentinien SA: Saudi-Arabien  
NL: Niederlande BE: Belgien



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

**Guten Appetit!**