

# DÜRÜM DÖNER MIT HALLOUMI, würzigem Ofengemüse und Knoblauchjoghurt



## HELLO KNOBLAUCH

Knoblauch ist ein natürliches Antibiotikum  
– und komplett nebenwirkungsfrei!  
Ursache sind die sogenannten Phytonzide,  
die in der Knolle enthalten sind.



Halloumi



Tortilla-Wraps



rote Zwiebel



Tomate



Zucchini



rote Spitzpaprika



Salatherz (Romana)



Joghurt



Knoblauchzehe



türkische  
Gewürzmischung



Petersilie

15 [20 | 20] Min.

35 [40 | 40] Min.

Stufe 1

Thermomix hilft

Veggie

Für Dürüm musst Du ab sofort nicht noch mal raus – mit unserem Rezept hast Du die türkische Dönerrolle ruckzuck selbst gemacht. Für die Zubereitung des **ballaststoffreichen** Gerichts brauchst Du lediglich Deinen Thermomix® und Deinen Backofen. Der Knoblauchjoghurt schmeckt übrigens besonders aromatisch, da der Knoblauch zunächst mit dem Ofengemüse gegart wird. Da heißt es nur noch: Alles zusammenrollen und genießen!



# LOS GEHT'S

- Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
- Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.
- Neben dem **Thermomix**\* benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier** und **2 kleine Schüsseln**.



**1 GEMÜSE VORBEREITEN**  
Enden der **Zucchini** entfernen und **Zucchini** in ca. 1,5 cm große Stücke schneiden.

**Rote Zwiebel** abziehen und achteln.

**Rote Spitzpaprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in mundgerechte Stücke schneiden.

**Knoblauch** abziehen.



**2 GEMÜSE BACKEN**  
**Gemüse** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit 1 EL [**1½ EL** | **2 EL**] **Olivenöl\***, **Gewürzmischung**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und flach auf dem Blech verteilen. Aber etwas Platz für den **Halloumi** lassen. **Knoblauch** vorne mit auf das Blech legen, damit Du ihn nach 10 Min. leicht aus dem Ofen holen kannst. **Gemüse** im Backofen ca. 20 Min. garen, bis das **Gemüse** weich ist.



**3 SCHNEIDEN**  
**Halloumi** in Stücke schneiden, zum **Gemüse** geben und bis zum Ende 15 Min. mitbacken, bis der **Halloumi** goldbraun ist.  
**Tomate** in dünne Scheiben schneiden.  
**Salatherz** in 1 cm breite Streifen schneiden.



**4 DIPP VORBEREITEN**  
**Petersilie** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und die **Hälfte** davon in eine kleine Schüssel umfüllen. Den Rest mit dem Spatel nach unten schieben. Gebackenen **Knoblauch** zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Joghurt**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben, **3 Sek./Stufe 3** mischen und in eine weitere kleine Schüssel umfüllen.



**5 WRAPS ERWÄRMEN**  
In den letzten 2 Min. der Garzeit des **Ofengemüses Wraps** im Backofen aufwärmen.



**6 WRAPS FERTIGSTELLEN**  
**Wraps** mit **Knoblauchjoghurt** bestreichen, mit **Salatstreifen** und **Tomatenscheiben** belegen und zum Schluss das **Ofengemüse** und die **Halloumiwürfel** dazugeben, mit restlicher **Petersilie** bestreuen und genießen.

## 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zucchini PL   NL	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
rote Zwiebel DE	1	1	2
rote Spitzpaprika PL   NL	1	1½	2
türkische Gewürzmischung	2 g	3 g	4 g
Halloumi 5)	200 g	250 g	400 g
Tomate PL   NL	1	1	2
Salatherz (Romana) DE	1	2	2
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Joghurt 5)	100 g	150 g	200 g
Tortilla-Wraps 1)	4	6	8
Olivenöl* für Schritt 2	1 EL	1½ EL	2 EL
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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	601 kJ/144 kcal	3.653 kJ/873 kcal
Fett	7 g	41 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	21 g
Kohlenhydrate	14 g	83 g
- davon Zucker	3 g	18 g
Eiweiß	7 g	41 g
Salz	1 g	3 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) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland PL: Polen NL: Niederlande ES: Spanien



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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

Guten Appetit!