



Einfache Halloumi-Tacos

mit Zitronendip, Salat und Kiwi-Gemüse-Salsa

EASY
ALLTAG



Halloumi



Naturjoghurt



Gurke



Weizentortillas



Zitrone



Kiwi



Mayonnaise



Tomate



Borlottbohnen



Rauchiges Gewürz

Mahl Zeit für eine Rate-Runde

Ay caramba, es ist Zeit für leckere Tacos! Und so viel ist sicher: Unser schnelles Gericht aus Bohnen, Halloumi und einem frischen Dip mit Kiwi ist geschmacklich echt eine Fiesta. Das Wort „Fiesta“ ist übrigens spanisch und bedeutet „Fest“. Kennst Du noch andere spanische oder mexikanische Gerichte? Zählt doch alle zusammen einmal am Esstisch auf, welche Gerichte ihr sonst noch so kennt. Guten Appetit!

20 [25|25] Min.

25 [30|30] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

thermomix



HelloFresh Familienkoch Marco



MITMACH-TIPP FÜR KIDS

Wenn Ihr Eure Kinder mit ins Kochgeschehen einbinden möchtet, lasst sie doch den **Zitronendip** auf die **Tortillas** streichen.



3 DIP ZUBEREITEN

Wasser* in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **10 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

In einer kleinen Schüssel **Joghurt** mit **Zitronenabrieb**, **Mayonnaise**, **Salz*** und **Pfeffer*** verrühren.

LOS GEHT'S

Wascht **Obst** und **Gemüse** ab.

Neben dem **Thermomix*** benötigt Ihr **1 große Schüssel**, **1 kleine Schüssel**, **1 Gemüsereibe**, **1 große Pfanne** und **Backpapier**.



1 MIT DER SALSA BEGINNEN

Kiwi schälen und halbieren. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen und Kerne entfernen. **Gurke** längs halbieren, Kerne herauskratzen und **Gurke** in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. **Kiwi**, **Tomaten-** und **Gurkenstücke** in den Mixtopf geben. **Zitronenschale** fein abreiben. **Zitrone** in Spalten schneiden. Eine **Zitronenspalte** in den Mixtopf zupressen. **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, **15 Sek./Stufe 4** zerkleinern und in eine Schüssel umfüllen.



4 SALSA FERTIGSTELLEN

Borlottibohnen durch den Gareinsatz abgießen und mit kaltem Wasser spülen. **Borlottibohnen** zur **Gemüse-Frucht-Soße** geben und vermengen.



2 HALLOUMI VORBEREITEN

Varoma-Einlegeboden mit Backpapier belegen, dabei darauf achten, dass die seitlichen Garschlitze frei sind. **Halloumi** in ca. 2 cm große Würfel schneiden. In einer großen Schüssel **Gewürzmischung**, mit **Olivenöl*** mischen, **Halloumiwürfel** darin wenden und auf dem Varoma-Einlegeboden verteilen. Einlegeboden in den Varoma-Behälter einsetzen und Varoma verschließen.



5 ANRICHTEN

Ganz zum Schluss **Tortilla-Wraps** in einer Pfanne kurz erwärmen. **Wraps** auf Teller verteilen, **Zitronendip** daraufstreichen, **Gemüse-Frucht-Salsa** darauf verteilen.

Zum Schluss mit **Halloumiwürfeln** belegen, zusammenrollen und mit **Zitronenspalten** servieren.

3-4 PERSONEN ZUTATEN

	3P	4P
Halloumi 5)	250 g	400 g
Rauchiges Gewürz 4)	1 g	2 g
Zitrone ES	1	1
Naturjoghurt 3,5 %	100 g	150 g
Mayonnaise 2) 4)	20 ml	40 ml
Kiwi IT NZ	1	2
Tomate ES MA	1	2
Gurke ES NL	1	1
Borlottibohnen (Pckg.)	1	2
Weizentortillas 1) 8)	9	12
Öl*	15 g	20 g
Olivenöl*	2,5 EL	3 EL
Wasser*	350 g	
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	100 g	PORTION (ca. 350 g)
Brennwert	1142 kJ/273 kcal	3489 kJ/834 kcal
Fett	16 g	49 g
- davon ges. Fettsäuren	7 g	20 g
Kohlenhydrate	19 g	58 g
- davon Zucker	2 g	6 g
Eiweiß	12 g	36 g
Ballaststoffe	2 g	7 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Glutenthaltiges Getreide 2) Eier 4) Senf 5) Milch

8) Sesamsamen

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

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien NL: Niederlande IT: Italien NZ: Neuseeland

MA: Marokko

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de

AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at