



KIWI-HALLOUMI-BURGER

mit Süßkartoffelspalten und Kürbiskernöl-Salat



HELLO KIWI

Vor zirka 60 Jahren kannte hierzulande noch niemand die Kiwi. Inzwischen wird die kleine, grüne Frucht sogar in Italien angebaut.



Halloumi



Kiwi



Tomate



Gurke



Salatherz



Süßkartoffel



Burgerbrötchen



Hartkäse ital. Art



Kürbiskernöl



Mayonnaise

 20 [30] min.

 35 [45] min.

 Stufe 3

 Thermomix kocht

 Veggie

 Neuentdeckung

Halloumi-Burger und Süßkartoffelspalten – die perfekte Kombination, um nach Feierabend ins kulinarische Schwelgen zu kommen. Ganz besonders schmecken wird Dir diese außergewöhnliche Kombination mit Kiwi. Die leicht säuerliche Süße der Frucht harmoniert perfekt mit dem salzigen Halloumi. Und Dein Salat wird dieses Mal mit einem nussigen Kürbiskern dressing abgeschmeckt. Wir halten fest: Burger-Zeit ist Glück-zeit!

thermomix

Wasche das **Gemüse** ab. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 kleine Schüssel**, **Küchenpapier**, **Backpapier**, **Backblech**, **1 große Schüssel** und **1 große Pfanne**.



1 KÄSE ZERKLEINERN

Hartkäse halbieren, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 10** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.



2 FÜR DIE WEDGES

Süßkartoffel schälen, in ca. 1 cm breite Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit reichlich **Salz** und **Pfeffer** bestreuen und auf der mittleren Schiene im Backofen 15 – 20 Min. backen..



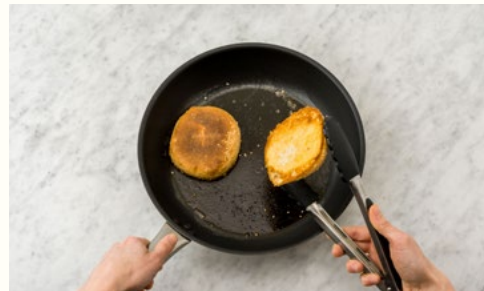
3 WÄHRENDDESSEN

Kiwi schälen und in Scheiben schneiden. **Tomate** halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in Scheiben schneiden. **Gurke** in ca. 1 cm große Würfel schneiden. **Salatherz** in dünne Streifen schneiden. In einer großen Schüssel **Kürbiskernöl**, 1 TL [1 EL] **Essig**, **Salz** und **Pfeffer** zu einem **Dressing** vermischen. **Salatstreifen**, **Gurkenwürfel** und zerkleinerten **Hartkäse** zugeben und gut vermischen.



4 HALLOUMI DÄMPFEN

Halloumi in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und im Varoma-Einlegeboden [Varoma-Behälter und Varoma-Einlegeboden] verteilen. Varoma-Einlegeboden einsetzen und Varoma verschließen. 350 g **Wasser** in den Mixtopf geben. Varoma aufsetzen und **10 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Währenddessen kannst Du mit der Zubereitung fortfahren.



5 KURZ VOR DEM GENUSS

Burgerbrötchen aufschneiden. In einer großen Pfanne 1 TL [1 EL] **Butter** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Brötchen** darin mit der Schnittfläche nach unten 2 – 3 Min. rösten. Dann herausnehmen und kurz beiseitestellen.



6 ANRICHTEN

Varoma abnehmen. **Brötchenhälften** mit ein wenig **Mayonnaise** bestreichen. Dann mit **Tomaten-**, **Halloumi-** und **Kiwischeiben** belegen. Zusammen mit **Salat** und **Wedges** genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Halloumi 7)	200 g	400 g
Kiwi	1	2
Tomate	1	2
Gurke	½ ☉	1
Salatherz	1	2
Süßkartoffel	1	2
Burgerbrötchen 1) 11)	2	4
Hartkäse ital. Art 3) 7)	10 g ☉	20 g
Kürbiskernöl	3 ml ☉	6 ml ☉
Mayonnaise 3) 10)	20 ml	40 ml
Salz*, Pfeffer*, Essig*, Butter* 7)		

* Gut, im Haus zu haben [4 Personen in Klammern].
 ☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.
 ! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix anpasst.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	586 kJ/137 kcal	3636 kJ/849 kcal
Fett	6 g	35 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	18 g
Kohlenhydrate	17 g	105 g
- davon Zucker	4 g	22 g
Eiweiß	6 g	35 g
Ballaststoffe	2 g	9 g
Salz	1 g	5 g

ALLERGENE

1) Weizen 3) Ei 7) Milch 10) Senf 11) Sesam

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

URSPRUNGLÄNDER

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



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

guten Appetit!