

Honig-Rosmarin-Halloumi mit Ajvargemüse dazu Knoblauchfladenbrot

Vegetarisch 35 – 45 Minuten • 3251 kJ/777 kcal • Tag 5 kochen

6



-  Halloumi
-  Aubergine
-  Petersilie glatt
-  Gemüsebrühe
-  rote Paprika
-  rote Zwiebel
-  Honig
-  Gewürzmischung „Hello Mezza“
-  Knoblauchzehe
-  Rosmarin
-  Joghurt
-  Ajar
-  Mini-Fladenbrot



Gut im Haus zu haben
Pfeffer*, Salz*, Öl*, Olivenöl*, Wasser*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

2 Backbleche mit Backpapier, 1 großen Topf,
1 große Pfanne und 2 kleine Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Halloumi 7)	200 g	250 g	400 g
Gewürzmischung „Hello Mezze“	2 g	4 g	4 g
Aubergine NL ES	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Petersilie glatt/Rosmarin	10 g	10 g	10 g
Gemüsebrühe 10)	4 g	6 g	8 g
Joghurt 7)	75 g	100 g	150 g
rote Paprika DE	1	2	2
Ajvar 14)	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Mini-Fladenbrot 3) 15)	1	2	2
Honig	8 g	12 g**	15 g**
Öl*, Olivenöl*, Wasser*	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. 550 g)
Brennwert	594 kJ/142 kcal	3251 kJ/777 kcal
Fett	8,09 g	44,31 g
– davon ges. Fettsäuren	3,12 g	17,08 g
Kohlenhydrate	10,88 g	59,56 g
– davon Zucker	3,79 g	20,76 g
Eiweiß	6,29 g	34,45 g
Salz	1,015 g	5,555 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)

10) Sellerie **14)** Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien



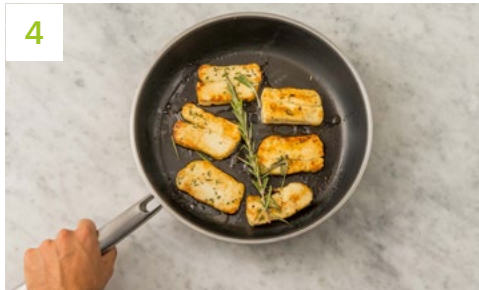
Zu Beginn

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

Enden der **Aubergine** abschneiden und **Aubergine** in 2 cm große Würfel schneiden.

Paprika halbieren, entkernen und Hälften in ca. 2 cm große Stücke schneiden.

Gemüse mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** auf einem Backblech mit Backpapier verteilen, vermischen und ca. 25 Min. lang goldbraun backen.



Halloumi braten

Halloumi in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen, **Rosmarinzwig** und **Halloumischeiben** in die Pfanne geben und **Halloumi** für ca. 2 – 3 Min. je Seite goldbraun anbraten.

Hitze reduzieren, **Honig** hinzugeben und weitere ca. 1 Min. erhitzen, bis alle **Halloumischeiben** rundherum mariniert sind.



Soße vorbereiten

Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. In einem großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und **Zwiebelstreifen** darin 3 Min. glasig anbraten.

Mit 75 ml [110 ml | 150 ml] **Wasser***, **Ajvar** und **Gemüsebrühe** ablöschen und weitere 2 – 3 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** etwas eingedickt ist.



Gemüse fertigstellen

Die Bleche mit dem **Gemüse** und dem **Brot** aus dem Ofen nehmen. **Gemüse** zu der **Ajvarsoße** in den Topf geben. Alles vorsichtig vermengen und ggf. warm halten.

Für den Dip den **Joghurt** mit **Gewürzmischung** „Hello Mezze“ in einer kleinen Schüssel verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Knoblauchbrot backen

Blätter der **Petersilie** abzupfen und fein hacken.

Knoblauchzehe abziehen.

Fladenbrot in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Knoblauch in eine kleine Schüssel pressen und mit 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl***, der Hälfte der **Petersilie**, etwas **Salz*** und **Pfeffer*** gut vermischen.

Brotscheiben mit **Knoblauchöl** bestreichen und für 5 – 10 Min. zu dem **Gemüse** in den Backofen geben, bis diese knusprig und leicht gebräunt sind.



Anrichten

Halloumi mit **Ajvar-Gemüse** und **Brot** auf Tellern verteilen. Zusammen mit dem **Mezze-Dip** genießen. **Gemüse** mit der restlichen gehackten **Petersilie** garnieren.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreunde:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

