



# KIWI-HALLOUMI-BURGER,

dazu Süßkartoffelspalten und Salat



## HELLO KIWI

*Kiwis wachsen, ähnlich wie Weintrauben, an Reben. Diese können über zwei Meter groß werden und waagerechte Äste mit einer Länge von bis zu zehn Metern ausbilden.*



**Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.**

**Bitte beachte daher folgendes:**

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter [www.hellofresh.de/menus/2020-W23](http://www.hellofresh.de/menus/2020-W23)

**Vielen Dank für Dein Verständnis!**



Halloumi



Tomate



Kiwi



Gurke



Salathertz (Romana)



Süßkartoffel



Sesam-Burgerbrötchen



Aioli

20 [25 | 30] Min. 35 [40 | 40] Min.

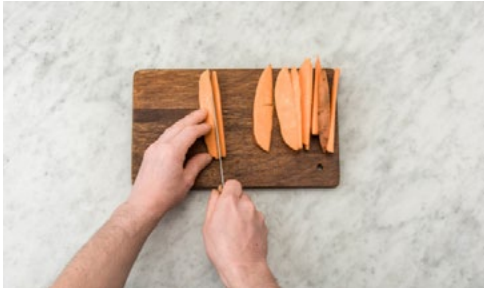
Stufe 1

Thermomix kocht

Veggie

# LOS GEHT'S

- Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
- Wasche das **Gemüse** ab.
- Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.
- Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier** und **1 große Schüssel**.



## 1 FÜR DIE SÜSSKARTOFFELWEDGES

**Süßkartoffel** (je nach Geschmack) schälen und in ca. 1 cm breite Spalten schneiden. **Wedges** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und mit reichlich **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Olivenöl\*** würzen. Flach auf dem Blech verteilen (dabei etwas Platz für die **Burgerbrötchen** lassen) und im Backofen 20 – 25 Min. backen.



## 4 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. **Gurke** und **Salatstreifen** zum **Dressing** in die große Schüssel geben.

★ **TIPP:** Salat erst kurz vor dem Servieren vermischen, damit er schön knackig bleibt.



## 2 DRESSING ZUBEREITEN

2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl\***, 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Weißweinessig\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in eine große Schüssel geben und zu einem **Dressing** mischen.



## 5 BURGERBRÖTCHEN BACKEN

In den letzten 3 Min. der Backzeit der **Süßkartoffel** die **Burgerbrötchen** mit in den Backofen geben und aufbacken.



## 3 HALLOUMI DÄMPFEN

**Halloumi** in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf dem Varoma-Einlegeboden [und im Varoma-Behälter] verteilen. **Halloumi pfeffern\***.

Varoma-Einlegeboden in den Varoma-Behälter einsetzen und Varoma verschließen. 350 g **Wasser\*** in den Mixtopf geben. Varoma aufsetzen, aber frühestens 8 Min. bevor die **Süßkartoffelwedges** fertig sind, mit dem Dampfaren beginnen. **10 Min./Varoma/ Stufe 1** garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## 6 ANRICHTEN

Varoma abnehmen. **Brötchenhälften** mit ein wenig **Aioli** bestreichen. Mit **Tomaten-, Halloumi- und Kiwischeiben** belegen. Zusammen mit **Salat** und **Süßkartoffelwedges** genießen.

**Guten Appetit!**

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Süßkartoffel ES   US	1	1 (groß)	2
Halloumi 5)	200 g	250 g	400 g
Kiwi CL	1	1	2
Tomate NL	1	1	2
Gurke ES	½ ☞	¾ ☞	1
Salatherz (Romana)	1	1	1
Sesam-Burgerbrötchen 1) 2) 5) 8)	2	3	4
Aioli 2) 4)	20 g	30 g	40 g
Olivenöl* für Schritt 1	1 EL	1½ EL	2 EL
Olivenöl* für Schritt 2	2 EL	3 EL	4 EL
Weißweinessig* 1) 11) für Schritt 2	1 EL	1½ EL	2 EL
Wasser* für Schritt 3		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 (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	810 kJ/194 kcal	4.542 kJ/1.086 kcal
Fett	10,54 g	59,11 g
- davon ges. Fettsäuren	3,83 g	21,48 g
Kohlenhydrate	17,69 g	99,23 g
- davon Zucker	3,75 g	21,01 g
Eiweiß	6,49 g	36,42 g
Salz	0,331 g	1,858 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 2) Eier 4) Senf 5) Milch
- 8) Sesamsamen

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

### URSPRUNGLÄNDER

NL: Niederlande ES: Spanien US: Vereinigte Staaten von Amerika CL: Chile

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).

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