



Veggie-Döner: Ofengemüse im Fladenbrot

mit Knoblauchjoghurt und Tomaten-Hirtenkäse-Dip



HELLO SPITZPAPRIKA

Echt Spitze! Die Spitzpaprika liefert Dir heute eine große Portion Vitamin C und außerdem knackig-frische Genussmomente!



Fladenbrot



Salatmischung



Petersilie



Joghurt



Knoblauchzehe



Hirtenkäse



Tomate



Gurke



rote Spitzpaprika



rote Zwiebel



Zucchini



Tomatenmark



Dill

20 [25] min.

30 [35] min.

Stufe 3

Thermomix hilft

Veggie

Neuentdeckung

Immer gern auf dem Tisch gesehen: Döner! Er ist leicht zu essen und verbindet so viele Geschmacksnuancen miteinander, dass Du ein richtiges Fest der Sinne erlebst, sobald Du herzhaft hineinbeißt! Unsere vegetarische Variante holt Dir dabei den Sommer auf den Tisch und verwöhnt Dich mit einem würzigen Tomaten-Hirtenkäse-Dip und einem leichten Joghurt, der mit einer guten Portion Knoblauch auf Dich wartet. Lass es Dir schmecken!

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken. Heize den **Backofen** auf **220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft)** vor. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du eine **Auflaufform**, **2 kleine Schüsseln**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



1 FÜR DAS OFENGEMÜSE
Enden der **Zucchini** abschneiden, **Zucchini** in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. **Zwiebel** abziehen und achteln. **Spitzpaprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in mundgerechte Stücke schneiden. **Gemüse** in eine Auflaufform geben, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und ½ des **Hirtenkäses** darüberstreuen. **Gemüse** im Backofen ca. 20 Min. garen.



2 KNOBLAUCHJOGHURT MISCHEN
Knoblauch abziehen und in den Mixtopf geben. **Petersilie** und **Dill** in ca. 1 cm lange Stücke schneiden, beides zugeben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **75 g [150 g] Joghurt, Salz** und **Pfeffer** zugeben, **5 Sek./Stufe 3** vermengen, mit dem Spatel nach unten schieben und noch einmal **5 Sek./Stufe 3** vermengen. **Knoblauchjoghurt** in eine kleine Schüssel umfüllen.



3 TOMATENDIP VORBEREITEN
Restlichen **Hirtenkäse** in Stücken in den Mixtopf geben. **Tomatenmark**, restlichen **Joghurt**, etwas **Salz** und **Pfeffer** zugeben und **5 Sek./Stufe 6** vermengen. Mit dem Spatel nach unten schieben und **5 Sek./Stufe 4** zu einem glatten **Dip** vermengen. In eine zweite kleine Schüssel umfüllen.



4 FLADENBROT AUFBACKEN
In den letzten 10 Min. der Garzeit des Ofengemüses **Fladenbrot** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im Backofen aufwärmen.



5 GEMÜSE SCHNEIDEN
Gurke und **Tomate** in dünne Scheiben schneiden.



6 FLADENBROT FÜLLEN
Fladenbrot vierteln, aufschneiden, nach Belieben mit dem **Tomaten-Hirtenkäse-Dip** und dem **Knoblauchjoghurt** bestreichen. Mit **Salat, Tomaten- und Gurkenscheiben** belegen und zum Schluss das **Ofengemüse** dazugeben.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Zucchini	1	2
rote Zwiebel DE	1	2
rote Spitzpaprika	1	2
Hirtenkäse 7)	150 g	300 g
Knoblauchzehe ES	1	2
Dill/Petersilie	10 g	20 g
Joghurt (3,5 % Fett) 7)	150 g	300 g
Tomatenmark	1 EL ☉	2 EL ☉
Gurke ES	1 (klein)	1
Tomate MA	1	2
Fladenbrot 1) 11)	1	2
Salatmischung	75 g	150 g

Salz*, Pfeffer*

* 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.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 000 g)
Brennwert	464 kJ/111 kcal	3645 kJ/866 kcal
Fett	4 g	25 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	13 g
Kohlenhydrate	15 g	117 g
- davon Zucker	4 g	25 g
Eiweiß	5 g	39 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 11) Sesam

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien, 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) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!