

Würfelsalat mit Harissa-Grillkäse und Kartoffelcroûtons

Klimaheld Vegetarisch Thermomix hilft • 652 kcal • Tag 3 kochen



Grillkäse Zypriotischer Art



Ofenkartoffel



rote Spitzpaprika



Gurke



Salatherz (Romana)



rote Zwiebel



Gewürzmischung „Hello Harissa“



Knoblauchzehe



mittelscharfer Senf



Naturjoghurt



Aprikosenchutney



Sesamsamen



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Weißweinessig*, Öl*, Salz*, Pfeffer*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier,
1 große Schüssel, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

| | 2P | 3P | 4P |
|---------------------------------------|-------|----------|--------|
| Grillkäse Zypriotischer Art 7) | 200 g | 200 g | 400 g |
| Ofenkartoffel DE FR BE | 2 | 4 | 4 |
| rote Spitzpaprika NL ES MA | 1 | 2 | 2 |
| Gurke NL ES MA | 1 | 1 | 2 |
| Salatherz (Romana) | 1 | 2 | 2 |
| rote Zwiebel DE NL EG | 1 | 1 | 2 |
| Gewürzmischung „Hello Harissa“ | 4 g | 6 g | 8 g |
| Knoblauchzehe ES | 1 | 1 | 2 |
| mittelscharfer Senf 9) | 10 ml | 10 ml | 20 ml |
| Naturjoghurt 7) | 75 g | 100 g | 150 g |
| Aprikosenchutney 9) | 25 g | 37,5 g** | 50 g |
| Sesamsamen 3) | 5 g** | 10 g | 15 g** |

**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. 660 g) |
|-------------------------|----------------|---------------------|
| Brennwert | 412 kJ/99 kcal | 2727 kJ/652 kcal |
| Fett | 5,3 g | 34,8 g |
| – davon ges. Fettsäuren | 3,6 g | 23,8 g |
| Kohlenhydrate | 7,2 g | 47,7 g |
| – davon Zucker | 3 g | 20 g |
| Eiweiß | 5,1 g | 33,5 g |
| Salz | 0,52 g | 3,46 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) **9)** Senf
(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **FR:** Frankreich **BE:** Belgien
NL: Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **EG:** Ägypten



1 Karoffeln rösten

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

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Gewaschene **Kartoffeln** in 1 cm Würfel schneiden.

Kartoffelwürfel auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit zerkleinertem **Knoblauch**, 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl***, die Hälfte „**Hello Harissa**“, Hälfte **Sesam**, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Kartoffelwürfel für 20 – 25 Min. im Ofen goldbraun backen.

Währenddessen fortfahren.



4 Kleinigkeiten

Zwiebel in feine Streifen schneiden.

Grillkäse in 1 cm Würfel schneiden.



2 Für das Dressing

Joghurt, **Aprikosen-Chutney**, **Senf**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Weißweinessig***, 10 g [15 g | 20 g] **Wasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen. Die Hälfte vom **Dressing** in eine kleine Schüssel umfüllen.



3 Für den Salat

Spitzpaprika entkernen und **Paprika** und **Gurke** in ca. 2,5 cm Stücke schneiden.

Paprika und **Gurke** in den Mixtopf zugeben und **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine große Schüssel umfüllen.

Salatherz in 1 cm Streifen schneiden. **Salatstreifen** unter das **Gemüse** mischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 Grillkäse braten

In einer großen Pfanne 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl*** erhitzen und darin **Grillkäsewürfel** und **Zwiebelstreifen** für 4 – 5 Min. anbraten, bis der **Grillkäse** gebräunt ist.

Restliches „**Hello Harissa**“ und restliche **Sesamsamen** hinzugeben und für 30 Sek. mit anbraten. Mit **Pfeffer*** würzen.



6 Anrichten

Salat auf Teller verteilen und mit **Kartoffelcroûtons**, **Grillkäse** und **Zwiebelstreifen** toppen. Mit restlichem **Dressing** servieren und genießen.

Guten Appetit!

Harissa

Harissa ist eine aus dem afrikanischen Raum stammende scharfe Gewürzmischung, die viel gemahlene Chili beinhaltet. Geh vorsichtig bei der Dosierung um.

Für mehr Essensfreu(n)de:

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

