



AUFLAUF MIT HALLOUMI UND AUBERGINE, mit frischem Basilikum und Knoblauch-Fladenbrot



HELLO KNOBLAUCH

*Knoblauch ist ein natürliches Antibiotikum
– und komplett Nebenwirkungsfrei!
Ursache sind die sogenannten Phytonzide,
die in der Knolle enthalten sind.*



Halloumi



Tomatenmark



Koriander & Kumin



Fladenbrot



Tomaten



Aubergine



Knoblauchzehen



Zwiebel



Basilikum



Balsamicocrema



Gemüsebrühe

15 [20 | 20] Min. 30 [35 | 35] Min.

Stufe 2

Thermomix kocht

Veggie

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 **1 große Auflaufform**, **1 große Pfanne** und **1 Backblech** mit **Backpapier**.



1 AUBERGINEN DÄMPFEN

Enden der **Aubergine** abschneiden. **Aubergine** in 2 cm große Würfel schneiden und in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitz frei bleiben. Varoma-Einlegeboden in den V-Behälter einsetzen. 1 [2] **Knoblauchzehe** (ungeschält) auf den V-Einlegeboden legen und Varoma verschließen. 350 g **Wasser*** in den Mixtopf geben und **15 Min./Varoma/ Stufe 1** garen. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



4 AUFLAUF BACKEN

Tomaten-Auberginen in eine große Auflaufform geben und **Halloumischeiben** darüber verteilen. Auflauf für ca. 20 Min. im Ofen backen.

Währenddessen **Fladenbrot** in 2 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.



2 WÄHRENDDESSEN

Halloumi in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. **Basilikumblätter** abzupfen. Restlichen **Knoblauch** abziehen und in dünne Streifen schneiden. **Zwiebel** abziehen und in feine Streifen schneiden. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in ca. 2 cm große Würfel schneiden. In einer großen Pfanne 1 EL [1 ½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Zwiebel-** und **Knoblauchstreifen** darin 3 Min. anbraten.



5 FÜR DAS KNOBLAUCHBROT

Mixtopf leeren und trocknen. Gedämpfte **Knoblauchzehe** abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 50 g [75 g | 100 g] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **5 Sek./Stufe 4** vermischen. **Knoblauchöl** auf die **Brotscheiben** träufeln und **Knoblauchbrot** 5 – 10 Min. mit in den Backofen geben und knusprig aufbacken.



3 AUBERGINENGEMÜSE

Tomatenwürfel und **Koriander** und **Kumin** zufügen und kurz mitbraten. Varoma abnehmen. 75 ml [110 ml | 150 ml] **heiße Garflüssigkeit** in die Pfanne zugeben. 1 EL [1 ½ EL | 2 EL] **Tomatenmark**, **Gemüsebrühe**, **Balsamicoreme**, **Salz*** und **Pfeffer*** dazugeben, verrühren und die vorgegarten **Auberginenwürfel** zugeben. Nochmals vermengen und abschmecken.



6 ANRICHTEN

Brot aus dem Ofen nehmen und **Auflauf** noch ca. 2 Min. grillen, bis der **Halloumi** goldbraun ist.

Auflauf mit frischen **Basilikumblättern** bestreuen, auf Teller verteilen und mit **Knoblauchbrot** genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Tomaten NL	4	5	6
Halloumi 5)	200 g	250 g	400 g
Tomatenmark	½ ☉	¾ ☉	1
Aubergine ES	1	1 (groß)	2
Knoblauchzehe ES	2	3	4
Zwiebel DE	1	1	2
Koriander und Kumin	2 g	4 g	4 g
Fladenbrot 1)	1 (klein)	1	1
Basilikum	20 g	20 g	20 g
Balsamico-Crème 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
Wasser* für Schritt 1		350 g	
Öl* für Schritt 2	1 EL	1 ½ EL	2 EL
Olivenöl* für Schritt 5	50 g	75 g	100 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. 700 g)
Brennwert	583 kJ/139 kcal	4.008 kJ/958 kcal
Fett	8,43 g	57,91 g
– davon ges. Fettsäuren	2,69 g	18,50 g
Kohlenhydrate	10,27 g	70,56 g
– davon Zucker	2,90 g	19,95 g
Eiweiß	5,42 g	37,25 g
Salz	0,292 g	2,007 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) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 8) Sesamsamen
 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien NL: Niederlande

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) 720 816 005
 kundenservice@hellofresh.at