



Buntes Ofengemüse mit Halloumi,

Avocado und selbst gemachtem Petersilien-Chimichurri



HELLO HALLOUMI

Halloumi ähnelt Mozzarella, da er auch in Salzlake eingelegt wird und eine faserige Struktur besitzt. Er ist aber salziger und lässt sich problemlos anbraten.



Süßkartoffel



rote Zwiebel



Tomate



Petersilie



Knoblauchzehe



Zitrone



Avocado (Hass)



gemahlener Kumin



Halloumi



roter Chili

35 Minuten

Stufe 1

Veggie

Frisch, würzig und aromatisch: Chimichurri darf auf keinem argentinischen Grillfest fehlen. Sie nur zu Steak zu essen, ist viel zu schade, darum verfeinern wir dieses Mal knusprige Halloumiwürfel und buntes, **ballaststoffreiches** Ofengemüse mit der Wundersoße. Ein kleiner Tipp: Am besten schmeckt Chimichurri, wenn Du sie vorbereitest und ein paar Stunden im Kühlschrank durchziehen lässt. Guten Appetit bei diesem **scharfen** und **glutenfreien** Gericht.

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 große Pfanne**, **1 kleine Schüssel** und **1 große Schüssel**.



1 GEMÜSE VORBEREITEN

Süßkartoffel schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. **Rote Zwiebel** abziehen, halbieren und in ca. 1 cm breite Spalten schneiden.



2 GEMÜSE BACKEN

Süßkartoffelwürfel und **Zwiebelspalten** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit 1 Prise **Salz** und **Pfeffer** würzen. Auf der mittleren Schiene im Backofen für ca. 25 Min. backen, bis die **Süßkartoffelwürfel** weich sind.



3 WÄHRENDDESSEN

Tomaten halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in Spalten schneiden und in eine große Schüssel geben. Blätter der **Petersilie** abzupfen und fein hacken. **Avocado** halbieren, Kern entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in kleine Würfel schneiden. 1 TL [2 TL] gehackte **Petersilie** und **Avocadowürfel** zu den **Tomaten** geben und beiseitestellen.



4 FÜR DAS CHIMICHURRI

Knoblauch abziehen und fein hacken. **Chili** halbieren, entkernen und **Chilihälften** fein hacken. Restliche **Petersilie** in eine kleine Schüssel mit **Kumin**, gehacktem **Knoblauch** und **Chili** (**Achtung: scharf!**) geben. **Zitrone** halbieren. **Saft** von 1 [2] **Zitronenhälfte** und 1 EL [2 EL] **Olivenöl** zugeben und vermischen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



5 HALLOUMI ANBRATEN

Halloumi in ca. 3 cm große Würfel schneiden. In einer großen Pfanne 1 EL [2 EL] **Öl** auf mittlerer Stufe erhitzen und **Halloumiwürfel** rundherum 3 – 4 Min. goldbraun braten.



6 ANRICHTEN

Süßkartoffelwürfel und **Zwiebelspalten** in die große Schüssel geben und vorsichtig vermengen. Auf Teller aufteilen, mit **Halloumiwürfel** toppen und **Petersilien-Chimichurri** darüberträufeln.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Süßkartoffel	1	2
rote Zwiebel	1	2
Tomate	1	2
glatte Petersilie	10 g	20 g
Avocado (Hass)	1	2
Knoblauchzehe	½ ☞	1
roter Chili	1	2
gemahlener Kumin 15)	1 g	2 g
Zitrone	½ ☞	1
Halloumi 7)	250 g	500 g

Salz*, Pfeffer*, (Oliven-)Öl*

* Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	595 kJ/143 kcal	3620 kJ/867 kcal
Fett	9 g	51 g
- davon ges. Fettsäuren	4 g	25 g
Kohlenhydrate	11 g	67 g
- davon Zucker	4 g	21 g
Eiweiß	6 g	35 g
Ballaststoffe	3 g	14 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

7) Milch 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGLÄNDER

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!