



# Halloumi-Burger mit Gemüsesticks,

Honig-Senf-Dressing und Sauerrahmdip



## HELLO LITTLE-GEM-SALAT

Diese französische Sorte des Romanasalats zeichnet sich durch seine kleine, zarte Größe aus. Unser kleiner Salat wurde extra für uns in Deutschland angebaut.



Rote Bete



Halloumi



Himbeertomate



rote Zwiebel



Vollkorn-Burgerbrötchen



Senf



Sauerrahm



„Little Gem“ Salatherz



Karotte

25 Minuten

Stufe 2

Veggie

Zeit sparen

Dieser Burger schmeckt nicht nur Vegetariern. Würziger Halloumi, frische Tomate und leckeres Honig-Senf-Dressing machen diesen Burger zu einem wahren Genuss. Dazu reichen wir gesunde Gemüsesticks aus Rote Bete und Karotten. Lass Dir dieses **ballaststoff-** und **proteinreiche** Gericht schmecken.

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 große Pfanne** und **2 kleine Schüsseln**.



## 1 FÜR DIE GEMÜSESTICKS

**Rote Bete** und **Karotten** schälen und in 1 – 2 cm dicke **Sticks** schneiden. **Gemüsesticks** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen (etwas Platz für die **Brötchen** lassen), mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl** beträufeln und mit **Salz** würzen. Auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 25 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.



## 2 WÄHRENDEDESSEN

**Halloumi** in 2 cm dicke Scheiben schneiden. **Himbeertomate** in Scheiben schneiden. **Zwiebel** abziehen und in Ringe schneiden. **Salatblätter** vom **Salat** zupfen.



## 3 BURGERBRÖTCHEN AUFBACKEN

**Burgerbrötchen** für 3 – 5 Min. zu den **Gemüsesticks** in den Backofen legen und aufbacken.



## 4 HALLOUMI BRATEN

In einer großen Pfanne ½ EL [1 EL] **Öl** bei mittlerer Stufe erhitzen und **Halloumischeiben** darin ca. 5 Min. goldbraun anbraten. Nach 2 Min. **Zwiebelringe** dazugeben und mitbraten. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, dabei mit dem **Salz** sparsam sein.



## 5 DRESSING & DIP ZUBEREITEN

In einer kleinen Schüssel **Senf** und 1 EL [2 EL] **Honig** zu einem **Dressing** verrühren.

Für den **Dip**: **Sauerrahm** mit **Salz** und **Pfeffer** in einer kleinen Schüssel glatt rühren.



## 6 BURGER BELEGEN

**Brötchen** aufschneiden, etwas **Dressing** auf die **Brötchenhälften** geben. Mit **Salatblättern**, **Tomatenscheiben**, **Zwiebelringen** und **Halloumischeiben** belegen und zusammenklappen. Dazu **Gemüsesticks** mit **Sauerrahmdip** genießen.

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Rote Bete DE	2 (klein)	2
Karotte DE	2	4
Halloumi 7)	200 g	400 g
Himbeertomate PL	1	2
rote Zwiebel EG	1	2
„Little Gem“ Salatherz	2	4
Vollkorn-Burgerbrötchen 1)	2	4
Senf 10)	20 ml	40 ml
Sauerrahm 7)	100 g ☞	200 g

(Oliven-)Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*, Honig\*

\* 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. 750 g)
Brennwert	460 kJ/110 kcal	3477 kJ/831 kcal
Fett	6 g	44 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	28 g
Kohlenhydrate	9 g	67 g
– davon Zucker	5 g	35 g
Eiweiß	6 g	40 g
Ballaststoffe	2 g	15 g
Salz	1 g	5 g

### ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 10) Senf

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, EG: Ägypten, PL: Polen

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!