



WÜRZIG-FEURIGE HALLOUMI-TACOS

mit karamellisierten Zwiebeln und Aioli



HELLO CHILI

Die Chilischärfe hat ihren Ursprung im Inhaltsstoff Capsaicin, welcher in allen Chilizüchtungen mehr oder weniger vorhanden ist.



Halloumi



Weizentortillas



geriebener Oregano



Rucola



Mayonnaise



Knoblauchzehe



rote Zwiebel



Zitrone



Gurke



rote Chilischote



Balsamicoessig

25 – 35 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 1

Zeit sparen

Veggie

Tacos sind in vielerlei Hinsicht das perfekte Essen: Sie sind wunderbar wandlungsfähig, recht schnell auf den Tisch gebracht und perfekt zum Mitnehmen geeignet. Für Deine heutigen Tacos haben wir uns etwas ganz Besonderes einfallen lassen – eine würzige, leicht **scharfe** und frische Füllung aus mariniertem Halloumi, Chili, Aioli und karamellisierten Zwiebelringen. Wer denkt da noch an Teller oder gar Besteck? Lass es Dir schmecken!

Wasche **Gemüse** und **Obst** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 kleine Pfanne**, **1 große Pfanne**, **2 kleine Schüsseln** und **1 Sieb**.



1 VORBEREITEN

Zwiebel abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.

Knoblauch ebenfalls abziehen, grob hacken, 1 Prise **Salz*** daraufgeben und mit der Seitenfläche der Klinge den **Knoblauch** zu einer **Paste** zerdrücken.



2 WEITERE VORBEREITUNGEN

Halloumi in 8 [12 | 16] gleich große Sticks schneiden.

Zitrone in Spalten schneiden.

Enden der **Gurke** abschneiden und **Gurke** in 1 cm große Würfel schneiden.

Chili längs halbieren und in feine Streifen schneiden. **★TIPP:** Wenn Du nicht so gerne scharf isst, entferne die Kerne aus dem Chili.



3 ZWIEBELN KARAMELLISIEREN

In einer kleinen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Zwiebelstreifen darin 10 Min. glasig braten.

Anschließend 1 EL [2 EL | 3 EL] **Wasser***, 1 Prise **Zucker*** und **Balsamicoessig** zugeben und 4 – 5 Min. weiterbraten.



4 HALLOUMI MARINIEREN

In einer kleinen Schüssel **Halloumisticks** mit 1 EL [2 EL | 3 EL] **Öl*** und **Oregano** marinieren.

AIOLI ZUBEREITEN

In einer weiteren kleinen Schüssel **Mayonnaise** mit der **Hälfte** der **Knoblauchpaste**, **Zitronensaft** nach Geschmack, **Salz*** und **Pfeffer*** vermischen.



5 HALLOUMI BRATEN

Eine große Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen, ohne Fettzugabe **Halloumisticks** 3 – 4 Min. rundherum goldbraun anbraten. Restliche **Knoblauchpaste** und nach Belieben **Chilistreifen** (**Vorsicht: scharf!**) zugeben.



6 ANRICHTEN

Die **Tortillas** bei Bedarf im Ofen oder in der Pfanne kurz erwärmen, **Aioli** auf den **Tortillas** verteilen, **Rucola**, karamellisierte **Zwiebeln**, **Halloumisticks** und **Gurkenwürfel** darauf verteilen und mit **Zitronenspalten** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
rote Zwiebel ES	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Halloumi 5)	200 g	250 g	400 g
Zitrone AR SA	½ ☉	¾ ☉	1
Gurke NL BE	1	1	2
rote Chilischote NL ES	½ ☉	¾ ☉	1
Balsamicoessig 1) 11)	12 ml	18ml ☉	24 ml
gerebelter Oregano	2 g	2 g	2 g
Mayonnaise 2) 4)	40 ml	60 ml	80 ml
Weizentortillas 1) 8)	8	12	16
Rucola	50 g	75 g	100 g
Öl* für Schritt 3	1 EL	1½ EL	2 EL
Wasser* für Schritt 3	1 EL	2 EL	3 EL
Öl* für Schritt 4	1 EL	2 EL	3 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	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. 450 g)
Brennwert	935 kJ/224 kcal	4.165 kJ/996 kcal
Fett	14 g	63 g
- davon ges. Fettsäuren	5 g	21 g
Kohlenhydrate	16 g	70 g
- davon Zucker	3 g	12 g
Eiweiß	8 g	35 g
Salz	1 g	3 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 2) Eier 4) Senf 5) Milch

8) Sesamsamen 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien AR: Argentinien SA: Saudi-Arabien

NL: Niederlande BE: Belgien



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!