

MARINIERTER HALLOUMI MIT MEDITERRANEM GEMÜSE UND KRÄUTER-JOGHURT-CREME

Rezept für 4 Personen

Nährwerte pro Portion

Energie 295,10 kcal Broteinheiten 0,50 BE

FÜR DEN KÄSE:

- 4 Stücke Halloumi à ca. 80-100 g**
1 Schalotte
1 junge Knoblauchzehe
1 rote Chilischote
5 ml Rapsöl
1 Abrieb und Saft von unbehandelten Zitrone
1 TL Korianderkörner

Die Schalotte und den Knoblauch schälen und grob würfeln. Die Chilischote halbieren, das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls würfeln. Nun Schalotten, Knoblauch, Chili zusammen mit Öl, Abrieb und Saft von der Zitrone und Korianderkörnern mit Hilfe einer Küchenmaschine zu einer feinen Würzpaste verarbeiten. Den Käse damit gründlich einreiben und für mind. 30 Minuten bei Zimmertemperatur marinieren. (Am besten über Nacht im Kühlschrank marinieren.)

Danach bei 160 °C indirekter Hitze, mit geschlossenem Deckel auf einem Stück Alufolie 6-8 Minuten grillen.

FÜR DAS GEGRILLTE GEMÜSE:

- 1 grüne Zucchini**
1 gelbe Zucchini
1 rote Paprika
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
5 ml Rapsöl
schwarzer Pfeffer a.d. Mühle
Saft von unbehandelten Zitrone

Die Zucchini der Länge nach in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Paprika vierteln, entkernen und mit einem Sparschäler die Haut abschälen.

Thymian und Rosmarin von den Stielen zupfen und fein schneiden. Das Gemüse mit Öl marinieren und bei direkter Hitze, mit offenem Deckel grillen, bis sich ein Grillmuster abzeichnet. Danach in mundgerechte Stücke schneiden, mit Zitronensaft und Pfeffer würzen. Zum Schluss die fein geschnittenen Kräuter zugeben.

FÜR DIE KRÄUTER-JOGHURT-CREME:

- 50 g fein geschnittene Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Basilikum)**
150 g fettarmer Joghurt
schwarzer Pfeffer a.d. Mühle

Die Kräuter mit Joghurt verrühren und Pfeffer abschmecken.

ZUM ANRICHTEN:

- 1 Schale Gartenkresse**

Das Gemüse mittig auf die Teller platzieren und den Halloumi anlehnen. Mit Creme verfeinern und mit Gartenkresse vollenden.