



# WÜRZIG-FEURIGE HALLOUMI-GARNELEN-TACOS, mit karamellisierten Zwiebeln und Aioli

EXTRA  
LECKERBISSEN

GARNELEN



Halloumi



Weizentortillas



gerebelter Oregano



Rucola



Mayonnaise



Knoblauchzehe



rote Zwiebel



Zitrone



Gurke



rote Chilischote



Balsamicoessig



Garnelen



15 [15 | 20] Min. 25 [30 | 30] Min.

Stufe 1 Thermomix kocht

Tag 1 - 2 kochen

thermomix

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse, Obst** und **Salat** ab und tupfe die **Garnelen** mit **Küchenpapier** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 große Schüssel, 1 kleine Schüssel** und **1 große Pfanne**.



**1 MIT DEN ZWIEBELN BEGINNEN**  
**Rote Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen. **Zwiebel** halbieren und in Streifen schneiden. **Knoblauch** in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Die  **Hälfte**  vom **Knoblauch** herausnehmen und in eine kleine Schüssel geben. Den Rest mit dem Spatel nach unten schieben. **Zwiebelstreifen** und 10 g [15 g | 20 g] **Öl\*** zugeben und **10 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten. Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



**4 AIOLI ZUBEREITEN**  
10 g [15 g | 20 g] **Wasser\***, 1 Prise **Zucker\*** und **Balsamicoessig** in den Mixtopf zugeben und anstelle des Messbechers Gareinsatz auf den Mixtopfdeckel stellen. **5 Min./98 °C/☞/Stufe 1** köcheln lassen und mit dem Rezept fortfahren. **Mayonnaise** in die kleine Schüssel zum zerkleinerten **Knoblauch** geben und nach Geschmack mit **Zitronensaft, Salz\*** und **Pfeffer\*** verrühren.



**2 MARINIEREN**  
**1½ EL [2 EL | 3 EL] Öl\*** und **Oregano** in eine große Schüssel geben und vermengen. **Halloumi** in 8 [12 | 16] gleich große Sticks schneiden und in die große Schüssel zugeben. **Garnelen** ebenfalls zugeben, alles vorsichtig vermengen und zum Marinieren zur Seite stellen.



**5 BRATEN**  
Eine große Pfanne ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze erwärmen und marinierte **Halloumistreifen** und **Garnelen** darin 5 – 6 Min. rundherum goldbraun braten. Nach Geschmack **Chilistreifen (Achtung: scharf!)** zugeben. Anschließend gebratenen **Halloumi** und **Garnelen** aus der Pfanne nehmen.



**3 SCHNEIDEN**  
**Zitrone** längs in 4 Spalten schneiden. Enden der **Gurke** abschneiden und **Gurke** in 1 cm große Würfel schneiden. **Chili** längs halbieren und in feine Streifen schneiden (**Achtung: scharf!**).



**6 ANRICHTEN**  
In der Pfanne nacheinander **Weizentortillas** für ca. 1 Min. leicht erwärmen. **Tortillas** mit **Aioli** bestreichen, mit **Rucola, karamellisierten Zwiebeln, Halloumisticks, Garnelen** und **Gurkenwürfeln** belegen und mit **Zitronenspalten** genießen.

**Guten Appetit!**

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
rote Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Halloumi 5)	200 g	250 g	400 g
Zitrone ES	½ ☞	¾ ☞	1
Gurke ES	1	1	2
rote Chilischote NL   ES	½ ☞	¾ ☞	1
Balsamicoessig 1) 11)	12 ml	18ml ☞	24 ml
Garnelen 14)	200 g	300 g	400 g
geriebener Oregano	1 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 1	10 g	15 g	20 g
Öl* für Schritt 2	1½ EL	2 EL	3 EL
Wasser für Schritt 4	10 g	15 g	20 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. 550 g)
Brennwert	777 kJ/186 kcal	4.199 kJ/1.004 kcal
Fett	11,00 g	59,47 g
- davon ges. Fettsäuren	3,32 g	17,96 g
Kohlenhydrate	12,93 g	69,86 g
- davon Zucker	2,19 g	11,86 g
Eiweiß	9,78 g	52,88 g
Salz	0,604 g	3,266 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 Sulfit 14) Krebstiere

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