



Freude am Kochen -  
einfach gemacht!



HelloFresh.ch | kundenservice@hellofresh.ch

KW 16  
2017 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #HellofreshCH bei uns auf    

## Köstliche Gemüse-Grillkäse-Spiessli mit Rosmarin-Kartoffel-Spalten und Tsatsiki

Dieses Rezept wurde eigens für Dich von unserem Customer-Care-Team entwickelt! Ausserdem eignet sich das Rezept perfekt für den nächsten Grillabend: Einfach die Gemüse-Spiessli und würzigen Kartoffelspalten auf dem Grill garen und in dieser Zeit das Tsatsiki zubereiten. Guten Appetit!

 45 min.

 Stufe 2

 veggie



Grillkäse



Kartoffeln



Rosmarin



Gurke



Zucchini



rote Peperoni



Champignons



Zitrone



rote Zwiebel



Gewürzmischung



Joghurt



Knoblauch



Holz-Spiessli

Zutaten in Deiner Box\* ..... 2 Personen ..... 4 Personen .....

Gurke, mini	1	1
Rosmarin ☒	1 Zweig	2 Zweige
Kartoffeln	400 g	800 g
Zucchetti, Zitrone	1	2
rote Peperoni, rote Zwiebel	1	2
Champignons	100 g	200 g
Grillkäse, Halloumi 7)	1	1
Gewürzmischung 15)	1 g	2 g
Joghurt 7)	1 Becher	1 Becher
Knoblauchzehe	1	1
Holz-Spiessli	4	8

\* Bio ist uns wichtig. Wenn Du wissen möchtest welche **Zutaten** Bio sind, informiere Dich auf HelloFresh.ch unter **Unsere Lieferanten**.

☒ Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

**Was zum Kochen gebraucht wird**

Backofen, Gemüseraffel, Backpapier, Backblech, Auflaufform, kleine Bratpfanne, Küchentuch

**Allergene**

7) Lactose 15) Kann Allergene enthalten (bitte Verpackungsangabe beachten)

**Gut im Haus zu haben**

Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker

Nährwerte	Energie	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Ballaststoffe	Zucker	Eiweiss	Salz
Portion	765 kcal/322 KJ	43 g	9 mg	49 g	9 g	17 g	41 g	4 g
100 g	127 kcal/54 KJ	7 g	1 mg	8 g	2 g	3 g	7 g	>1 g

**Schon gewusst...**

Immer schön cool bleiben? Gurken haben das Vermögen die Temperatur unseres Blutes zu senken. Darum im Sommer Gurken snacken.

**Vorbereitung:** Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. **Zitrone, Gemüse und Kräuter** waschen und putzen. Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vorheizen.



**1** Gurke in eine kleine Schüssel raffeln, mit etwas **Salz** vermischen und beiseitestellen. **Rosmarin** trocken schütteln und Nadeln abzupfen.

**2** **Kartoffeln** in Spalten schneiden und in einer leicht gefetteten Auflaufform verteilen. Mit 1 EL **Olivenöl, Salz, Pfeffer** und **Rosmarinnadeln** mischen und alles im Backofen ca. 20 Min. backen.

**3** Währenddessen: **Zucchetti** in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Hälfte der **Zitrone** auspressen, zweite Hälfte in Spalten schneiden. **Peperoni** in ca. 4 cm grosse Stücke schneiden. **Champignons** halbieren, **Grillkäse** in ca. 4 cm grosse Quadrate schneiden. **Zwiebel** abziehen, vierteln und in Segmente aufteilen. **Peperonistücke, Champignonhälften, Grillkäsewürfel** und **Zwiebelsegmente** in eine grosse Schüssel geben und in 1 EL **Olivenöl** und der **Gewürzmischung** marinieren.

**4** Für das **Tsatsiki**: Das überflüssige Wasser aus den **Gurkenraspeln** herausdrücken, dann **Joghurt** zufügen und **Knoblauch** dazu pressen. Mit ½ TL **Olivenöl**, etwas **Salz, Pfeffer** und ein wenig **Zitronensaft** abschmecken und bis zum Anrichten ziehen lassen.

**5** Holz-Spiessli in einem tiefen Teller in Wasser einweichen. Mariniertes **Gemüse** und **Grillkäse** abwechselnd auf die Spiessli stecken, diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und zusammen mit den **Kartoffelspalten** weitere 10–15 Min. backen, bis die **Spiessli** gar sind.

**6** **Rosmarin-Kartoffel-Spalten** auf Teller verteilen, **Gemüse-Grillkäse-Spiessli** dazu anrichten, mit 1 EL **Tsatsiki** und den **Zitronenspalten** garnieren und geniessen.

