

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. Oktober 2022** ▪
Vegetarische Küche mit Nelson Müller



Kerstin Schmalzl-Greis

Halloumi mit Tomaten-Paprika-Ragout, Couscous und Joghurt-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Halloumi:

200 g Halloumi
 2 rote Spitzpaprika
 300 g passierte Tomaten
 1 kleine Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 Msp. Chilipulver
 ½ TL Gemahlener Kreuzkümmel
 1 Prise Zimt
 ½ TL Paprika edelsüß
 1 Prise gemahlener Koriander
 1 Prise Kurkuma
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Halloumi in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Paprika waschen, halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in 0,5 cm breite Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In der Auflaufform die passierten Tomaten mit Paprikastreifen, Zwiebeln und Knoblauch mischen und mit Gewürzen abschmecken. Halloumi auf Sauce verteilen und für 20 Minuten in den Backofen geben.

Für den Couscous:

150 g Instant-Couscous
 1 Zitrone
 20 g Rosinen
 20 g Cashewkerne
 300 ml Gemüsefond
 1 Bund glatte Petersilie
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Couscous in eine Schüssel füllen. Gemüsefond zum Kochen bringen, über den Couscous gießen und solange quellen lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Petersilie fein hacken. Cashewkernen in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Die Hälfte der Zitrone auspressen.

Couscous mit einer Gabel auflockern, Rosinen, Cashews, Olivenöl und die Hälfte der Petersilie untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für den Joghurdip:

100 g Joghurt
 ½ Bund glatte Petersilie
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie fein hacken und unter den Joghurt mischen. Zweite Hälfte der Zitrone vom Couscous auspressen und Joghurt mit Saft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Halloumi aus dem Ofen holen und mit der restlichen Petersilie bestreuen. Couscous in einer kleinen Schüssel mit dem Joghurdip anrichten und zusammen mit der Auflaufform auf den Tisch stellen.