



Sambal-halloumibowl

met couscous en gerookte amandelen



20-30min



2 personen

Hou jij van kaas en een beetje pit in je eten? Dan is deze couscousbowl echt iets voor jou. Naast een gezonde portie knapperige groente, rokerige amandelen en een frisse sinaasappeldressing, bevat dit gerecht een kick, omdat je de halloumi marineert in sambal oelek. Bovendien staat dit bordje lekkers binnen 20 minuten op tafel.

Wat je van ons krijgt

- 1 sjalotje
- 150g couscous ¹
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1x halloumi ⁷
- 1 zakje sambal oelek
- 1 Chinese kool
- 1 minikomkommer
- 1 tomaat
- 10g verse peterselie
- 25g gerookte amandelen ¹⁵
- 1 sinaasappel

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- honing of suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp
- citruspers

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

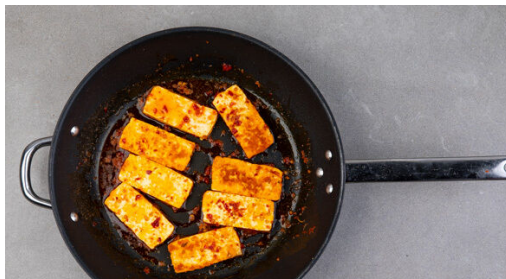
Voedingswaarde per portie

calorieën 937kcal, vet 47.6g, koolhydraten 93.9g, eiwit 39.6g



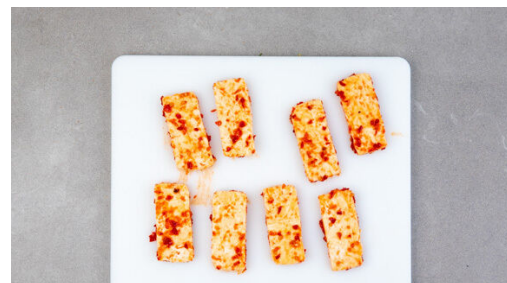
1. Couscous garen

Breng 300ml water in een kleine kookpan aan de kook. Pel en hak de **sjalot** grof. Voeg de **couscous** met de **helft van de ui** en de **helft van het bouillonpoeder** aan het kokende water toe. Roer door, neem de pan van het vuur en dek af. Laat de **couscous** 8-10min wellen tot het water is opgenomen.



4. Halloumi bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **halloumi** in 1-2min per zijde goudbruin en warm. Neem de **kaas** uit de pan en snijd in ca. 2cm brede reepjes.



2. Halloumi voorbereiden

Snijd de **halloumi** in de lengte in plakken en bestrijk ze met een dun laagje **sambal oelek**.



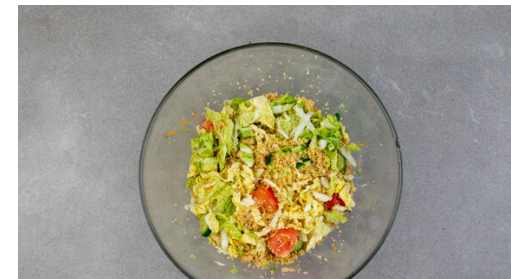
5. Dressing maken

Rasp de **sinaasappelschil** fijn en pers de **sinaasappel** uit. Klop een **dressing** van **2-3el sinaasappelsap**, de **helft van de peterselie**, de **rest van de sjalot**, 1el olijfolie, 1el azijn, 1-2tl suiker of honing en een snuf zout en peper. Je kunt evt. de **dressing** glad pureren.



3. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **helft van de Chinese kool** in dunne repen. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Snijd de **tomaat** in parten. Hak de **amandelen** grof. Hak de **peterselie** zonder hardere steeltjes grof.



6. Serveren

Meng de **couscous**, met de **kool**, de **komkommer**, **tomaat**, **1tl sinaasappelrasp** en **3el dressing**. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Serveer de **salade** met de **halloumi**, **amandelen** en de **rest van de peterselie**. Besprenkel met de **rest van de dressing**.