

DINNERLY



Gebakken halloumi op couscous met geroosterde paprika en amandel



20-30min



2 personen

Wie dit recept kookt wordt beloond met een keuken vol heerlijke geuren. Het ruikt naar geroosterde groenten en amandelen, vers gebakken halloumi en licht gekaramelliseerde honing. En het beste van alles is dat het op een bedje van zachte couscous allemaal nog beter smaakt dan het ruikt.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 gele paprika
- 2 tomaten
- 150g couscous¹
- 1x halloumi⁷
- 1 bosui
- 25g amandelen¹⁵

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- staafmixer met beker

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 1010kcal, vet 63.0g, koolhydraten 78.5g, eiwit 34.9g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (grill of boven- en onderwarmte). Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Snij de **paprika** doormidden, verwijder de zaadlijsten en leg met de snijkant naar onder op een bakplaat met bakpapier. Snij de **tomaten** doormidden en leg met de snijkant naar boven op de bakplaat. Druppel er 1el olijfolie over en kruid met peper en zout.



2. Groenten roosteren

Neem de pan met kokend water van het vuur, voeg de **couscous** toe en leg een deksel op de pan. Laat 8-10min wellen. Roer de **couscous** dan los met een vork en hou tot het serveren afgedekt warm. Schuif de bakplaat met **groenten** bovenin de oven en rooster 6-8min, tot de **paprika** goed bruin is. Draai de bakplaat halverwege om.



3. Amandelen roosteren

Snij de **halloumi** in blokjes van ca. 2cm. Snij de **bosui** in dunne ringen. Haal de **geroosterde paprika** uit de oven en laat ca. 5min afgedekt in een kom staan. Zet de oven op 200°C. Leg de **amandelen** naast de **tomaat** op de bakplaat en bak in 2-4min goudbruin.



4. Halloumi bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1tl olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **halloumi** in 3-5min goudbruin. Verwijder het vel van de **paprika** en snij het vruchtvlees in dunne repen. Snij de **tomaat** in parten. Neem de koekenpan van het vuur en meng de **halloumi** met 1el honing. Pel 1 teen knoflook, snij 'm in vieren en doe 'm samen met evt. vocht van de bakplaat in een hoge beker.



5. Saus maken

Voeg **1/3e van de tomaat**, de **helft van de amandelen**, 3el olijfolie, 1el azijn en een snuf peper en zout toe aan de hoge beker en pureer met een staafmixer fijn. Hak de **rest van de amandelen** en meng met de **couscous** en **1/3e van de saus**. Schep de **couscous** op borden, serveer de **halloumi**, **groenten** en de **rest van de saus** erop en garneer met de **bosui**.



6. Zure kompanen

In dit recept gebruiken we azijn om de saus mee op smaak te brengen. Heb je dat niet in huis, of heb je zin in een andere zure smaak, dan kun je in plaats daarvan wat sap van een citrusvrucht toevoegen. Citroen-, limoen- of sinaasappelsap zijn allemaal heerlijk!