



Vlotte sambal-halloumibowl

met couscous en gerookte amandelen



ca. 20min



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, smoky amandelen en een frisse sinaasappeldressing, bevat dit gerecht een echte kick doordat jij de halloumi marineert in sambal oelek! Bovendien staat dit bordje lekkers binnen 20 minuten op tafel. Wat wil je nog meer?

Wat je van ons krijgt

- 1 sjalotje
- 150g couscous ¹
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1x halloumi ⁷
- 1 zakje sambal oelek
- 1 zakje gerookte amandelen ¹⁵
- 10g verse peterselie
- 1 tomaat
- 1 minikomkommer
- 1 sinaasappel
- 1 witte kool
- 1 zakje dukkah ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

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

Kookgerei

- grote koekenpan
- maatbeker
- waterkoker
- middelgrote kookpan met deksel
- fijne keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), sesamzaad (11), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

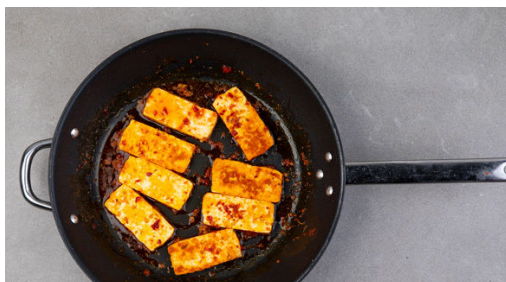
Voedingswaarde per portie

calorieën 930kcal, vet 48.6g, koolhydraten 75.7g, eiwit 41.1g



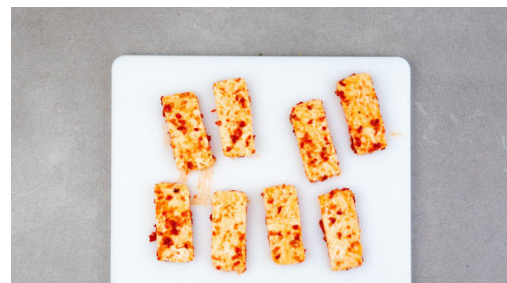
1. Couscous garen

Breng 250ml water in een waterkoker aan de kook. Pel en hak het **sjalotje** grof. Doe de **couscous** met de **helft van het sjalotje** en de **helft van het bouillonpoeder** in een middelgrote kookpan of hittebestendige kom. Schenk het gekookte water erbij, roer door en dek af. Laat de **couscous** 8-10min wellen, tot het water is opgenomen.



4. Halloumi bakken

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



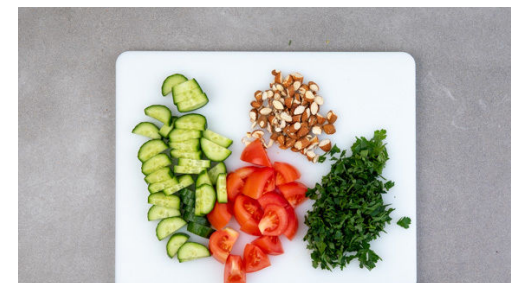
2. Halloumi voorbereiden

Snijd de **halloumi** in de lengte in plakken en bestrijk ze met een dun laagje **sambal oelek**. Zet opzij tot stap 4.



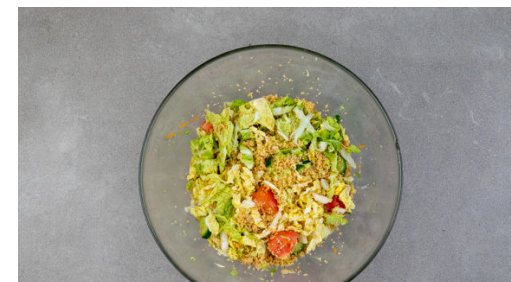
5. Dressing maken

Rasp de **sinaasappelschil** fijn en pers de **sinaasappel** uit. Meng **2-3el sinaasappelsap** met de **helft van de peterselie**, de **rest van het sjalotje**, **1-2tl dukkah**, 1el azijn, 1-2tl suiker of honing, 1el olijfolie en een snuf zout en peper. Roer tot een **egale dressing**. Je kunt evt. de **dressing** glad puren.



3. Ingrediënten voorbereiden

Hak de **amandelen** grof. Hak de **peterselie** zonder hardere steeltjes grof. Snijd de **tomaat** in grove stukken. Snijd de **minikomkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Snijd een **kwart van de witte kool** (of meer bij grote trek) in dunne reepjes. De **rest van de witte kool** wordt niet gebruikt.



6. Couscoussalade maken

Meng de **koolreepjes** met de **couscous**, tomaat, komkommer, **1tl sinaasappelrasp** en **3el dressing**. Je kunt meer koolreepjes naar wens toevoegen of de rest voor een ander recept bewaren. Breng de **salade** evt. op smaak met meer peper en zout. Serveer met de **halloumi**, **amandelen** en de **rest van de peterselie**. Besprenkel met de **rest van de dressing**.