

Halloumi mit Paprika, Fenchel und Zitronenjoghurt

Halloumi ist ein halbfester Käse, der beim Braten oder Grillen seine Form gut hält. Genau deshalb passt er besser in warme Gerichte als viele andere Käse, die einfach nur schmelzen würden.

Portionen

2 große Portionen

Zubereitungszeit

ca. 20 Minuten

Nährwerte pro Portion

613 kcal | 34 g Eiweiß | 48 g Fett | 16 g Kohlenhydrate

Zutaten

Für das Paprika-Kreuzkümmel-Öl

- 260 g Halloumi
- 360 g Brokkoli
- 1 EL Olivenöl
- schwarzer Pfeffer
- 2 EL Olivenöl
- 1/2 TL Paprika edelsüß
- 1/4 TL Kreuzkümmel
- 1 kleine Prise Salz

Zubereitung

- 1 Den Halloumi in Scheiben oder größere Stücke schneiden.
- 2 Den Brokkoli in kleine Röschen teilen und mit 1 EL Olivenöl und etwas Pfeffer mischen.
- 3 Den Air Fryer auf 200 °C vorheizen.
- 4 Den Brokkoli 8 bis 10 Minuten garen, bis er weich wird und Farbe bekommt.
- 5 Danach den Halloumi 6 bis 8 Minuten garen, bis er außen bräunt.
- 6 Für das Öl Olivenöl mit Paprika, Kreuzkümmel und wenig Salz verrühren.
- 7 Halloumi mit Brokkoli anrichten und mit wenig Gewürzöl abschließen.

Darauf kommt es an

- Halloumi nicht zusätzlich salzen.
- Brokkoli darf ruhig kräftig rösten.
- Kreuzkümmel knapp halten, damit er nicht alles dominiert.

Varianten

- Statt Brokkoli passt auch Blumenkohl.
- Wer es kräftiger mag, ergänzt etwas Chili im Öl.
- Statt Paprika edelsüß kann man wenig geräucherte Paprika nehmen.
- 3