

Spinatsalat mit Grillgemüse und Halloumi

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

Für den Salat

150 g Babyspinat
1 kleine Zucchini
1 kleine Aubergine
1 gelbe Paprika
200 g Halloumi
4 Esslöffel Sonnenblumenkerne
3 Esslöffel Olivenöl

Für das Dressing

4 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel Balsamico-Essig
2 Teelöffel grünes Pesto
1 Teelöffel Senf
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Grillpfanne

gern Gesellschaft - erst auf dem Teller, dann auf meiner Gabel.

- 1 -

Für den Salat Paprika entkernen und vierteln. Zucchini und Aubergine längs in dünne Scheiben schneiden. Gemüse von allen Seiten mit 1/3 des Olivenöls einstreichen und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 2 -

Grillpfanne erhitzen und mit der Hälfte des restlichen Olivenöls einstreichen. Gemüse portionsweise pro Seite 3-4 Minuten anbraten, bis braune Grillstreifen entstehen.

- 3 -

Halloumi in fingerdicke Scheiben schneiden. Grillpfanne mit restlichem Olivenöl einfetten und Käse von beiden Seiten goldbraun anbraten. Spinat waschen.

- 4 -

Für das Pesto-Dressing alle Zutaten verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 5 -

Spinat auf einen Servierteller geben. Grillgemüse und Halloumi darüber verteilen. Mit Sonnenblumenkernen bestreuen und mit Dressing servieren.

Hallo Halloumi! Herzlich willkommen auf meinem knackigem Low-Carb-Feierabendsalat aus zartem Babyspinat. Wenn ich bekannt machen darf: Das sind Aubergine, Paprika und Zucchini. Frisch und knackig aus der Pfanne gehüpft, leisten sie dir heute Abend liebend