



Grillkäse mit Apfel-Zwiebel-Chutney

und indischem Ofengemüse



30-40min



2 Personen

In keinem Land gibt es so viele verschiedene vegetarische Gerichte wie in Indien. Mit ihren köstlichen Gewürzmischungen sind sie ein Erlebnis für alle Sinne. Ob Blumenkohl und Kartoffeln aus dem Ofen oder knusprig gebratener Grillkäse: Auch du kannst heute dank der köstlichen Madras-Currymischung eine kleine Indienreise antreten. Frische Petersilie und ein fruchtig-süßes Zwiebelchutney sind die perfekte Ergänzung.

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 1 kleiner Blumenkohl
- 1 Päckchen Madras-Currypulver¹⁰
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Apfel
- 1 Päckchen Sesam¹¹
- 200g Grillkäse⁷
- 10g Petersilie

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

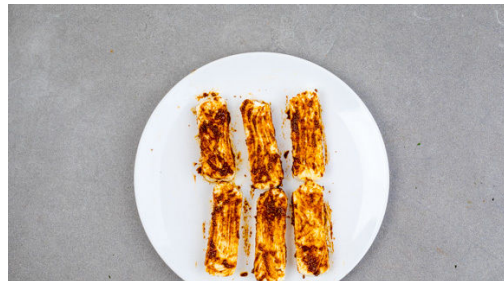
- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher

Allergene
Milch (7), Senf (10), Sesamsamen (11).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 895kcal, Fett 50.9g,
Kohlenhydrate 67.1g, Eiweiß 37.4g



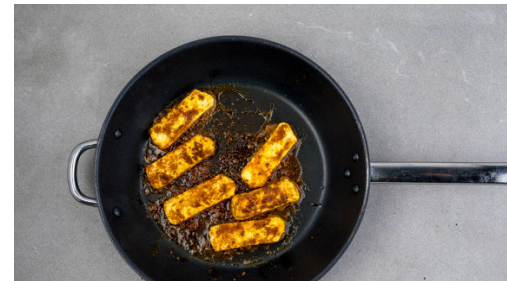
Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in 2-3cm breite Spalten schneiden. Den **Blumenkohl** in ca. 3cm große Röschen schneiden. Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl, **½TL Currypulver** und 1 Prise Salz vermengen und ca. 25Min. im Ofen goldbraun rösten.



Den **Grillkäse** längs in ca. 0,5cm breite Scheiben schneiden und mit dem **½TL Currypulver** einreiben.



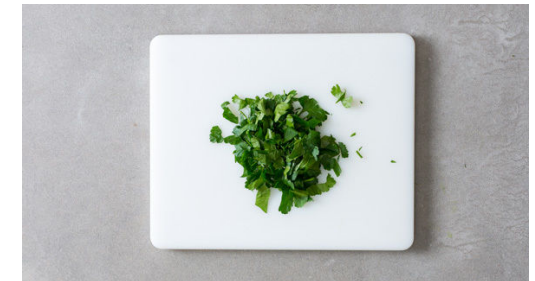
Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden, dann in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Inzwischen den **Apfel** schälen und vierteln, dabei das Kerngehäuse entfernen. Die **Apfelviertel** in 1-2cm große Stücke schneiden.



Den **Grillkäse** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun braten.



Die **Apfelstücke** und 1½TL (braunen) Zucker zu den **Zwiebeln** in den Topf geben und den Zucker schmelzen lassen. **1TL Sesam**, 3-4EL Essig und 50ml Wasser hinzufügen und aufkochen lassen. Das **Chutney** ca. 15Min. abgedeckt köcheln lassen, ggf. mehr Wasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Petersilie** samt **Stängeln** fein hacken. Den **Grillkäse**, das **Ofengemüse** und das **Chutney** auf Tellern verteilen und mit der **Petersilie** garniert servieren.