



Hawaiianische Grillkäse-Bowl

mit Brokkoli und Erdnussdressing



ca. 20min



2 Portionen

Heute steht eine Schatzsuche auf dem Plan, genauer gesagt, sie liegt auf dem Teller: Golden gebratene Grillkäsewürfel mit einer pikanten hawaiianischen Gewürzmischung verstecken sich in einer grünen Landschaft aus Salat, Spinat und zartem Brokkoli. Die Erdnüsse sind doppelt vertreten und machen sowohl als Garnitur als auch verborgen im cremigen Dressing geschmacklich einiges her. Nichts wie ran an die kostbare Köstlichkeit!

- 1 großer Brokkoli
- 200g Grillkäse ¹
- 1 Pck. hawaiianische Gewürzmischung ³
- 10g Koriander
- 2 Lauchzwiebeln
- 25ml Tamari-Sojasauce ⁴
- 1 Pck. geröstetes Sesamöl ³
- 1 Pck. Erdnussbutter ²
- 50g Babyspinat (ungewaschen)
- 200g Eisberg-Salatmischung
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ²

- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sieb

Allergene
Milch (1), Erdnüsse (2), Sesamsamen (3),
Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen
Allergenen enthalten.

Energie 777kcal, Fett 55.1g,
Kohlenhydrate 21.5g, Eiweiß 44.9g



4. Erdnussdressing anrühren

2. Grillkäse braten

5. Salat anmachen

3. Brokkoli garen

6. Erdnüsse hacken

Die **Erdnüsse** grob hacken. Den **Brokkoli-Spinat-Salat** mit den **Grillkäsewürfeln** anrichten und mit den **Erdnüssen**, dem **Koriander** und den **Lauchzwiebeln** garniert servieren.