



## Pikanter Sambal-Grillkäse

auf Couscous-Gemüse-Salat



20-30min



4 Portionen

Heute ist dein Tag, dein großer Tag. Um ganz genau zu sein: dein XXL-Tag! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringen willst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen willst - unsere doppelte Portion macht es möglich! Einmal kochen, zweimal genießen: Einfach, praktisch, lecker. (Dieses Rezept ergibt je nach gewählter Kochbox 4 oder 8 Portionen.)

## Was du von uns bekommst

- 1 Schalotte
- 300g Bio-Vollkorncouscous <sup>1</sup>
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 400g Grillkäse <sup>2</sup>
- 30g Sambal Badjak
- 2 Pck. Romanasalat
- 1 große Gurke
- 2 Tomaten
- 10g Petersilie
- 25g Rauchmandeln <sup>3</sup>
- 1 unbehandelte Orange

## Was du zu Hause benötigst

- 1EL Honig oder Zucker
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Kochtipp

Das Rezept ergibt 4 Portionen.

### Allergene

Gluten (1), Milch (2), Schalenfrüchte (3).  
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

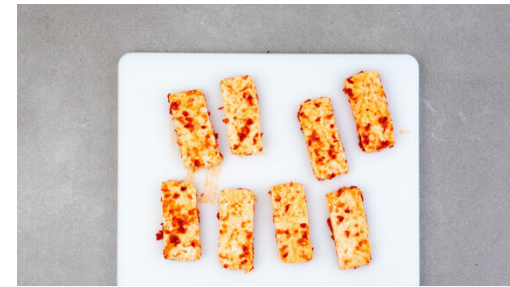
### Nährwertangaben pro Portion

Energie 892kcal, Fett 44.8g,  
Kohlenhydrate 83.0g, Eiweiß 39.3g



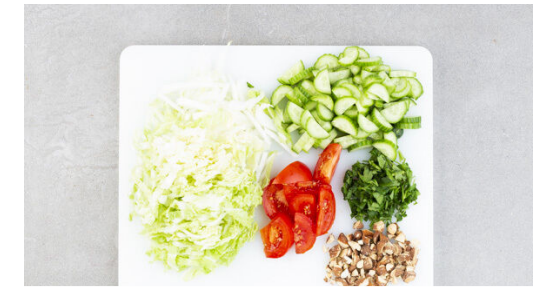
### 1. Couscous garen

In einem mittelgroßen Topf 600ml Wasser zum Kochen bringen. Die **Schalotte** schälen und fein würfeln. Den **Couscous** mit der **½ der Schalotte** und dem **Brühgewürz** in das kochende Wasser geben und umrühren. Den Topf vom Herd nehmen und den **Couscous** abgedeckt 6–8Min. ohne Hitzezufuhr quellen lassen.



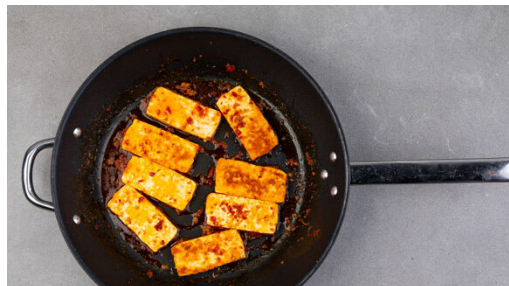
### 2. Käse vorbereiten

Den **Grillkäse** längs in dünne Scheiben schneiden und auf beiden Seiten mit einer dünnen Schicht **Sambal Badjak** bestreichen.



### 3. Zutaten vorbereiten

Den **Romanasalat** in feine Streifen schneiden. Die **Gurke** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Tomaten** in Spalten schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Die **Rauchmandeln** ebenfalls grob hacken.



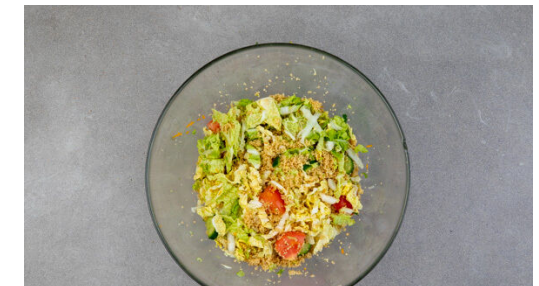
### 4. Käse braten

Den **Grillkäse** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1–2Min. goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und den **Grillkäse** quer in ca. 2cm breite Streifen schneiden.



### 5. Dressing zubereiten

Die **Orangenschale** abreiben, dann die **Orange** halbieren und auspressen. **3–4EL Orangensaft** mit der **restlichen Schalotte**, der **½ der Petersilie**, 3EL Olivenöl, 3EL Essig und 1EL Honig oder Zucker zu einem **Dressing** verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Wer mag, kann das **Dressing** auch mit einem Stabmixer pürieren.



### 6. Salat fertigstellen

Den **Couscous** mit dem **Romanasalat**, den **Gurken**, den **Tomaten**, **1TL Orangenschale** und **3EL Dressing** vermengen und ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Den **Grillkäse** auf dem **Couscous** anrichten, mit dem **restlichen Dressing**, der **restlichen Petersilie** und den **Rauchmandeln** garnieren und servieren.