

Sommerlicher Buddha Bowl mit Halloumi vom Gril



Informations

Personen : 4
Zubereitung : 30 min.
Backzeit : 30 min.

Zutaten

- 200 g Halloumi
- 2 Avocados
- 40 g Lupinenkerne
- 2 schöne Tomaten
- ½ Gurke
- 60 g Reis
- 40 g schwarze Oliven
- 1 schöne Zucchini
- 1 Zwiebel
- Basilikum
- Glatte Petersilie
- 10 cl Olivenöl
- 2 Limetten
- Salz, Pfeffer

Zubereitungsschritte

1. Das Gemüse vorbereiten. Den Reis in Salzwasser kochen. Das Gemüse waschen.
2. Die Tomaten in Würfel schneiden.
3. Gurke und Avocados in Scheiben schneiden. Die Zucchini in Würfel schneiden und in Olivenöl anbraten, würzen, aus der Pfanne nehmen und bei Raumtemperatur beiseite stellen.
4. Den Grill auf 200 °C vorheizen.
5. Den Käse in dicke Scheiben schneiden und auf beiden Seiten auf dem Rost grillen.
6. In einer Schüssel das gesamte Gemüse hübsch anrichten, mit Olivenöl und Limettensaft begießen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Mit Basilikum und Petersilie dekorieren.
8. Mit dem gegrillten Halloumi servieren.

? **Tipps:** Es gibt viele verschiedene Ideen für Buddha Bowls, lassen Sie sich inspirieren und bereiten Sie eine erfrischende Vorspeise ganz nach Ihrem Geschmack zu.