

Rezept

Halloumi-Cashew-Wok

Ein Rezept von Halloumi-Cashew-Wok, am 30.06.2024

Zutaten

250 g Halloumi-Grillkäse	1 EL Honig
1 EL Zitronensaft	1 EL Sesamöl
5 EL Sojasauce	1 TL Currypulver
1 TL Ingwerpulver	40 g Cashewkerne
2 EL Aceto balsamico	1 Knoblauchzehe
1 Zucchini (ca. 200 g)	50 g Rucola
2 Stängel Thai-Basilikum	150 g chinesische Eiernudeln
3 EL neutrales Öl	40 g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten
100 ml Gemüsebrühe (Instant)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1065 kcal

Zubereitung

1. Den Halloumi in ca. 1 cm große Würfel schneiden und auf einen tiefen Teller legen. Den Honig mit Zitronensaft, Sesamöl, 3 EL Sojasauce, Curry- und Ingwerpulver verrühren und darüberträufeln. Die Würfel in der Marinade wenden und zugedeckt ca. 1 Std. ziehen lassen. Die Cashewkerne mit dem Balsamico mischen und ebenfalls ca. 1 Std. ziehen lassen. Dann die Cashewkerne in einem Sieb abtropfen lassen.
2. Den Knoblauch schälen und hacken. Den Zucchini waschen, putzen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Den Rucola waschen, verlesen und trocken schütteln. Grobe Stiele abschneiden. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen.
3. Die Eiernudeln nach Packungsangabe in 4 - 5 Min. bissfest kochen. Die Nudeln in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.
4. Erst den Wok, dann 1 EL Öl darin erhitzen. Die Cashewkerne darin unter Rühren in ca. 1 Min. goldbraun anrösten und herausnehmen. 1 weiteren EL Öl in den Wok geben. Die Halloumiwürfel aus der Marinade nehmen und im Wok bei starker Hitze in ca. 1 Min. goldbraun braten. Die Würfel herausnehmen und wieder mit der Marinade beträufeln.
5. Erneut 1 EL Öl in den Wok geben. Den Knoblauch und die Zucchiniwürfel darin bei mittlerer bis starker Hitze in 2 - 3 Min. hellbraun braten. Die getrockneten Tomaten kleiner schneiden, unterrühren und ca. 1 Min. mitbraten. Brühe und die übrige Sojasauce (2 EL) dazugießen, die Nudeln einrühren. Halloumi, Cashews, Rucola und Basilikum unterheben.