

## Rezept

# Halloumi-Sandwich

Ein Rezept von Halloumi-Sandwich, am 05.12.2025

## Zutaten

<b>2 EL</b>	griechischer Sahnejoghurt	<b>1 TL</b>	Zitronensaft
<b>1 TL</b>	Sumach		Salz
	Pfeffer	<b>2</b>	Eissalatblätter (ca. 30 g)
<b>2</b>	geröstete rote Paprikaschoten (ca. 40 g, aus dem Glas)	<b>1</b>	Tomate (ca. 80 g)
<b>100 g</b>	Halloumi-Käse (Bratkäse aus Zypern, aus dem Supermarkt)	<b>2</b>	weiche Brötchen (z. B. Dinkel-Ciabattini)
		<b>1 EL</b>	Öl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 kleine Esser | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

## Zubereitung

1. Den Joghurt mit Zitronensaft, Sumach und je 2-3 Prisen Salz und Pfeffer verrühren. Die Salatblätter waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Paprikaschoten abtropfen lassen und längs halbieren. Die Tomate waschen, den Stielansatz entfernen und die Frucht quer in Scheiben schneiden.
2. Die Brötchen aufschneiden, aber nicht ganz durchtrennen. Aufklappen und das weiche Innere etwas entfernen. Den Halloumi in zwei gleich große Stücke schneiden. Das Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Käsestücke darin von jeder Seite in 3-4 Min. goldbraun braten.
3. Die Brötchen mit Eissalat, Paprikastücken, Tomatenscheiben, Halloumi und der Joghurtsauce füllen. Leicht zusammendrücken und sofort servieren.