

Rezept

Mediterraner Gemüseteller mit Koriander-Pesto und Halloumi

Ein Rezept von Mediterraner Gemüseteller mit Koriander-Pesto und Halloumi, am 02.07.2026

Zutaten

1/2 Bund frischer Koriander	1 Bio-Zitrone
optional: 1/4 große, rote Chilischote	2 Anchovisfilets
30 g Mandeln (mit oder ohne Haut)	feines Meersalz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer	50-75 ml Olivenöl
200 g grüner Baby-Spargel	300-400 g mittelgroße, festkochende Kartoffeln
125 g Halloumi	

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | Schwierigkeitsgrad leicht

Zubereitung

1. Für das Pesto den Koriander waschen, trockenschütteln und Blättchen abzupfen (wer's rustikaler mag, kann auch die feinen oberen Stengel mitverwenden). Zitrone heiß abwaschen, trockentupfen, dann die Hälfte der Schale fein abreiben und die Zitrone auspressen (etwa 2 EL Saft werden benötigt). Chilischote waschen, trockentupfen und ebenso wie die Anchovisfilets etwas klein schneiden. Kräuter, Zitronenschale und -saft, Chilistückchen mit Mandeln und Gewürzen z.B. in der Küchenmaschine fein pürieren. 3-4 EL Olivenöl danach von Hand untermengen (mitpüriert kann es unangenehm bitter werden) und abschmecken.
2. Die Kartoffeln schälen, gut waschen und je nach Größe grob vierteln oder sechsteln. Diese in einem Topf mit kaltem Wasser aufsetzen, großzügig salzen, zugedeckt aufkochen lassen und in 15-20 Min. weich kochen. Lassen sie sich ohne Widerstand mit einem spitzen Messer anstechen, dann sind sie gar. Das Wasser abgießen und Kartoffeln zugedeckt warm halten.
3. Den Spargel gut waschen und auf einem Geschirrtuch abtropfen lassen, dann die Enden etwa fingerbreit abschneiden (zarter Baby-Spargel braucht nicht geschält zu werden). Halloumi in knapp 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese dann nochmal längs halbieren. Beides in einer Schüssel mit etwas Olivenöl beträufeln und behutsam mit den Fingern mischen, bis alles leicht mit Öl überzogen ist.
4. Eine (Grill-)Pfanne trocken erhitzen. Spargel sowie Halloumistücke hineingeben und 4-5 Min. anbraten, dabei regelmäßig wenden bzw. durchschwenken. In der Zwischenzeit das Pesto über die Kartoffeln geben und diese durchschwenken bis sie gleichmäßig damit überzogen sind. Nun den Spargel auf den Tellern verteilen und mit etwas Salz bestreuen. Die Pesto-Kartoffeln und Halloumi darauf anrichten, noch mit etwas Olivenöl beträufeln und servieren.
5. Tipp: Anstelle des Halloumi kann natürlich auch gebratenes Fleisch oder Fisch zum Gemüse serviert werden. Wer Koriander nicht mag, der kann das Pesto mit Petersilie, Basilikum, Dill oder einem Mix aus diesen Kräutern zubereiten - schmeckt ebenfalls sehr gut.