

# MARLEY SPOON



## Vietnamesisches Puten-Baguette

mit Gurken und Koriander



20-30min



2 Personen

In Vietnam beschreibt der Begriff "Bánh mì" eigentlich Brote aller Art, aber heute versteht man weltweit darunter vor allem das bekannte vietnamesische Street Food-Sandwich. Das Baguette ist von den Franzosen in die damalige Kolonie eingeführt worden. Noch heute wird es dort gebacken und mit frischem Koriander, Mayonnaise-Creme und allerlei Gemüse und Fleisch gefüllt.

## Was du von uns bekommst

- Mayonnaise <sup>3,10</sup>
- Limette
- Aufbackbaguette <sup>1</sup>
- Putenbrust
- Sweet Chili Sauce
- Jungzwiebel
- frischer Koriander
- Salatgurke
- Karotte

## Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Alufolie
- Backblech
- Backrohr mit Umluftfunktion
- Küchenreibe
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 721.0kcal, Fett 23.8g, Eiweiß 42.8g, Kohlenhydrate 78.7g



### 1. Jungzwiebel schneiden

Das Backrohr auf 200°C Umluft oder 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Weiße der **Jungzwiebel** vom Grünen trennen, das **Weiße** fein würfen, das **Grüne** in feine Ringe schneiden.



### 4. Gemüse schneiden

Die **Karotte** schälen und mit der groben Seite der Küchenreibe raspeln. Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden. Den **Koriander** samt Stängel fein hacken.



### 2. Fleisch vorbereiten

Das **Putenfleisch** gegen die Faser in dünne Streifen schneiden, dann mit der **Sweet Chili Sauce** und den **weißen Jungzwiebelwürfeln** vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.



### 5. Mayonnaise mischen

Die **Limettenschale** abreiben und **Limette** halbieren, eine Hälfte entsaften, die andere in Spalten schneiden. Die **Mayonnaise** mit dem **Limettenabrieb** und **1-2TL Limettensaft** mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.



### 3. Hendlstreifen braten

Eine mittlere Pfanne mit 1EL Öl auf hohe Stufe erhitzen und die **Putenstreifen** darin ca. 2Min. scharf anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und in Alufolie einwickeln. Die **Baguettes** auf einem Rost für ca. 10Min. im Rohr aufbacken.



### 6. Sandwich fertigstellen

Nun die **Baguettes** auf einer Seite zu 2/3 einschneiden und das Innere von allen Seiten mit der **Limettenmayonnaise** bestreichen. Dann mit **Gurke, Karotte, Koriander, grünen Jungzwiebeln** und **Putenstreifen** füllen. Nach Geschmack mit frischem **Limettensaft** aus den **Spalten** beträufeln. Falls vorhanden, **restliches Gemüse** zu einem **Salat** mischen.