



Sandwich mit Schweinesteak,

Käse und Karottensticks



20-30min



4 Personen

Heute gibt es unser neues Lieblings-Sandwich! Wir peppen den amerikanischen Klassiker mit süßem Senf, geschmolzenem Käse und würzigem Schweinefleisch auf. Dazu gibt es knackige Gewürzgurken und gesunde Karottensticks aus dem Backrohr mit frischer Petersilie. So wird das leckere Sandwich zu einem deftigen Hit für Groß und Klein.

Was du von uns bekommst

- Holzspieß
- frische Petersilie
- Gewürzgurken ¹⁰
- Gouda in Scheiben ⁷
- Toast Dinkel ¹
- süßer Senf ¹⁰
- Karotte
- Senf ¹⁰
- Tante Mizzis Bratengewürz
- Schweinskarree

Was du zu Hause benötigst

- Butter ⁷
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech
- Backpapier
- Backrohr mit Umluftfunktion
- große Pfanne
- Sparschäler

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

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 599.0kcal, Fett 28.5g, Eiweiß 33.2g, Kohlenhydrate 47.2g



1. Karotten schälen

Backrohr auf 210°C Umluft vorheizen. **Karotten** schälen und der Länge nach vierteln. Die Viertel in fingerlange Stäbchen schneiden.



2. Karottensticks rösten

Karottensticks mit 1-2EL Öl und der **Gewürzmischung**, sowie 1TL Salz einreiben. Dann die **Sticks** auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen und ca. 15Min. im Rohr rösten.



3. Fleisch anbraten

Eine große Pfanne auf hohe Stufe erhitzen. 2EL Öl hineingeben und das **Fleisch** darin insgesamt ca. 3-4Min. scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann aus der Pfanne nehmen und kurz auf einem Teller abkühlen lassen. Das **Schweinskarree** dann gegen die Fleischfaser in sehr dünne Streifen schneiden. Die **Gurke** abgießen und in Scheiben schneiden.



4. Toasts belegen

12 Toastscheiben auf den Innenseiten mit beiden **Senfsorten** bestreichen, dann den **Käse** und **Fleisch** darauf verteilen mit den übrigen **Toastscheiben** abdecken, so dass **6 Sandwiches** entstehen. Die Außenseiten vom **Sandwich** mit ein wenig Butter bestreichen.



5. Sandwiches aufbacken

Die **Sandwiches** im Rohr bei Grillfunktion ca. 6-8Min. goldbraun backen. Der **Käse** sollte schmelzen.



6. Servieren

Zum Schluss die **Petersilie** ohne Stiele fein hacken und mit den **Karottensticks** vermengen. Die **Sandwiches** diagonal druchschneiden, die **Gurkenscheiben** mit den **Holzspießen** auf die **Sandwiches** stecken und mit den **Karottensticks** servieren.