

MARLEY SPOON



Banh Mi-Sandwich

mit Kartoffelspalten und Pilzen



30-40Min.



2 Personen

In Vietnam beschreibt der Begriff „Bánh mì“ eigentlich Brote aller Art, aber heute versteht man weltweit darunter vor allem das bekannte vietnamesische Streetfood-Sandwich. Das Baguette ist von den Franzosen in die damalige Kolonie eingeführt worden. Wir füllen den Klassiker mit allerlei Gemüse, sahniger Joghurtcreme und frischen Kräutern. Probier es aus!

Was du von uns bekommst

- 1 unbehandelte Limette
- 50ml Teriyakisauce ^{1,6}
- 500g festkochende Kartoffeln
- 1 Karotte
- 200g Griechischer Joghurt ⁷
- 1 Packung weiße Champignons
- 1 Päckchen Sriracha-Sauce
- 1 Packung Baguettebrötchen ¹
- 20g frisches Basilikum & Minze

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sparschäler

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

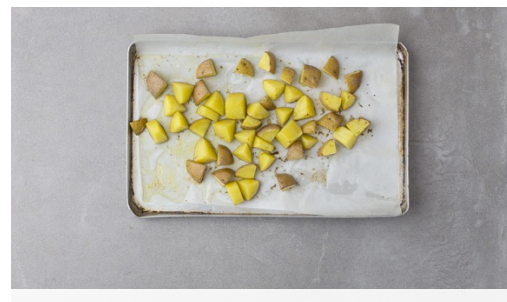
Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 775.0kcal, Fett 20.9g, Eiweiß 29.6g, Kohlenhydrate 107.3g



1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 180°C Umluft oder 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Kartoffeln** nach Wunsch schälen und je nach Größe sechsteln oder achteln. Die **Schale der Limette** fein abreiben, dann den **Saft** auspressen.



2. Kartoffeln backen

Die **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, mit 1EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und ca. 25-30Min. im Ofen goldbraun backen. Zur **Hälfte der Zeit** einmal wenden.



3. Karotten vorbereiten

Die **Blätter des Basilikums** und der **Minze** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die **Karotte** schälen und mit einem Sparschäler rundherum lange **Streifen** abschälen. Die **Karottenstreifen** mit **1-2TL Limettenabrieb, 1-2TL frischem Limettensaft** und den **Kräutern** mischen, mit 1 Prise Salz und Pfeffer abschmecken.



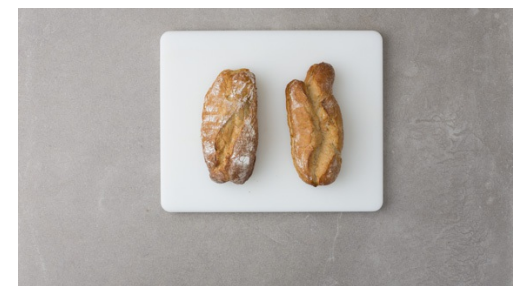
4. Sauce mischen

Den **Joghurt** mit der **Sriracha-Sauce** verrühren und mit 1 Prise Salz abschmecken.



5. Pilze braten

Die **Pilze** ggf. mit Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und in feine Scheiben schneiden. Eine große Pfanne auf mittlerer Hitze erwärmen und die **Pilze** darin unter ständigem Wenden ca. 4-5Min. anbraten, bis sie bräunen. Die **Teriyakisauce** untermischen und die Pfanne vom Herd nehmen.



6. Brötchen aufbacken

In den letzten ca. 2-3Min. die **Brötchen** zu den **Kartoffeln** in den Ofen geben und aufbacken. Dann die **Brötchen** längs zu 2/3 aufschneiden und **nach Geschmack** mit **Sauce, Karottensalat** und **Pilzen** füllen. Mit **restlicher Sauce** und **Kartoffeln** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**