

Sandwich Intermezzo

Zutaten für vier große Türme:

8 Scheiben Vollkorntoast	Kräuterquark:
4 Scheiben Kochschinken	250g Quark
50 g Rucola	2-3 Ei Milch
1 Töpfchen Kresse	Kräutersalz
2 Tomaten	1/2 Bund Schnittlauch
100 g Champignons	
2 Eier	Avocadocreme:
4 Scheiben Emmentaler	1 reife Avocado
Senf	Saft 1/2 Zitrone
Ketchup	1/2 Zwiebel
	1 Ei Sonnenblumenkerne
	Salz und Pfeffer

Vorbereitung:

Den Rucola waschen und trocken schütteln, die Tomaten in Scheiben schneiden, die Eier hart kochen und in Scheiben schneiden, die Champignons in Scheiben schneiden, in einer Pfanne mit etwas Öl oder Butter anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Kräuterquark:

Den Quark mit der Milch glatt rühren, den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und unter den Quark rühren, mit Kräutersalz würzen.

Avocadocreme:

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fleisch mit einem Löffel herauslösen. Mit einer Gabel fein zerdrücken oder dem Mixer pürieren, dabei den Zitronensaft untermischen. Die Sonnenblumenkerne in einer trockenen Pfanne anrösten, bis sie duften, die 1/2 Zwiebel sehr fein würfeln und mit den Sonnenblumenkernen unter die Creme mischen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Bauanleitung:

Vier Toastscheiben tosten. Auf die erste ca. einen Esslöffel Kräuterquark streichen, mit zwei Scheiben Schinken belegen, darauf eine Schicht Rucolablätter verteilen. Auf die nächste Scheibe Toast Senf streichen und mit der Senfseite auf den Rucola legen. Jetzt auf diese obere Toastseite ca. einen Esslöffel



www.katrin-sarholz.de

Avocadocreme streichen, eng mit Tomatenscheiben belegen und die Hälfte der gebratenen Pilze darauf verteilen. Etwa einen Esslöffel Ketchup darauf geben und mit der nächsten Toastscheibe belegen.

Darauf wieder Kräuterquark streichen, mit hart gekochtem Ei belegen, zwei Scheiben Käse darauf legen und mit Kresse bestreuen. Die letzte Scheibe Toast mit Senf bestreichen und mit der Senfseite auf die Kresseschicht legen.

Das Sandwich an zwei gegenüberliegenden Ecken mit Bambusstäbchen fixieren und das Sandwich diagonal über die anderen Ecken mit einem scharfen Messer vorsichtig halbieren, so dass zwei dreieckige Türmchen entstehen.

Mit dem nächsten Turm genau so verfahren.

Guten Appetit!

Anmerkung:

Wem diese Sandwiches entschieden zu hoch sind, kann natürlich nach Belieben kleinere Türme bauen, z.B. in den Kombinationen:

Toast - Quark - Schinken - Champignons - Rucola - Ketchup - Toast

Toast - Avocadocreme - Tomate - Kresse - Senf - Toast

Toast - Quark - Schinken - Tomate - Senf - Toast - Avocado - Ei - Kresse - Ketchup - Toast

oder, oder...