

Rezept

Geflügel-Sandwich

Ein Rezept von Geflügel-Sandwich, am 09.06.2026

Zutaten

2	Baguettebrötchen (glutenfrei)	1/4	Salatgurke
1 EL	Ajvar (Paprikapüree)	10	Stängel Rucola
2	große Tomaten	4	dünne Scheiben Putenschinken

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Die Brötchen längs halbieren und die Krume aus den unteren Hälften lösen. Die Gurke schälen und fein hacken. Die Würfelchen mit Ajvar und der Krume vermengen. Wieder in die unteren Brötchenhälften füllen.

2. Den Rucola waschen, trocken schütteln und die harten Stiele entfernen. Die Blätter grob hacken. Die Tomaten waschen und die Stielansätze entfernen. Die Früchte in Scheiben schneiden.

3. Die gefüllten Brötchenhälften mit Rucola, Tomatenscheiben und je 2 Scheiben Putenschinken belegen. Die Brötchendeckel auflegen und servieren.