

Rezept

Sandwich mit Leberwurst und Chinakohl

Ein Rezept von Sandwich mit Leberwurst und Chinakohl, am 20.04.2024

Zutaten

50 g Chinakohl	1 Frühlingszwiebel
1 Möhre	8 Stängel Koriandergrün
1 Stück Ingwer (1 cm)	1 Knoblauchzehe
1 Bio-Limette	1 EL Rapsöl
1 EL geröstetes Sesamöl	1 TL Zucker
Salz	4 Scheiben Weizenmischbrot (gekauft oder selbst gebacken)
150 g grobe Leberwurst	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Stullen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 34 g F, 19 g EW, 43 g KH

Zubereitung

1. Den Chinakohl waschen und in feine Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Möhre schälen, putzen und auf einer Gemüsereibe raspeln.
2. Das Koriandergrün waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und fein schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Die Limette heiß abwaschen und abtrocknen. Die Hälfte der Schale abreiben und den Saft auspressen.
3. Koriandergrün, Ingwer, Knoblauch, Limettenschale und -saft, Raps- und Sesamöl und Zucker in einer großen Schüssel verrühren. Die Marinade mit Salz abschmecken, dann Chinakohl und Frühlingszwiebel sorgfältig untermischen.
4. Die Brotscheiben mit Leberwurst bestreichen. Den Chinakohl auf 2 Scheiben verteilen, die Möhrenraspel daraufgeben und mit den restlichen Broten abdecken.