

Rezept

Sandwichtoast »Athen«

Ein Rezept von Sandwichtoast »Athen«, am 25.04.2024

Zutaten

4 Zweige Oregano	40 g grüne Oliven (ohne Stein)
1-2 feste Tomaten	50 g Salatgurke
60 g Fetakäse	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	2 EL Ajvar (aus dem Glas)
2 EL Schafsmilchjoghurt	4 Scheiben Eiweiß-Abendbrot (je ca. 30 g)
einige Blätter einige Blätter Eisbergsalat	200 g fettarme Dickmilch
Sandwichtoaster	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 338 kcal

Zubereitung

1. Den Oregano waschen und trocken tupfen, die Blättchen abzupfen. Die Oliven in Scheiben schneiden.
2. Die Tomaten waschen und trocken tupfen. Entkernen, von den Stielansätzen befreien und in feine Streifen schneiden. Die Salatgurke schälen und in Scheiben oder Streifen schneiden. Den Fetakäse zerbröckeln. Alle vorbereiteten Zutaten mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Ajvar mit dem Schafsmilchjoghurt verrühren und die Brotscheiben damit bestreichen. Die vorbereiteten Zutaten auf zwei der Brotscheiben verteilen, die anderen Brotscheiben mit der bestrichenen Seite nach unten darauflegen. Andrücken und in einem Sandwichtoaster goldbraun backen.
4. Den Eisbergsalat waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden, auf Teller verteilen. Dickmilch mit Salz und Pfeffer abschmecken und darübergerben. Die Sandwichtoasts halbieren und daraufsetzen.