



REZEPTE

Geröstetes Sauerteig-Sandwich mit Radieschengreens & Avocado-Creme

Schwierigkeitsgrad



2 Portionen



20 Minuten

Zutaten

4 Scheiben	Sauerteigbrot
1 Schale	Microgreens Radieschen
5 Scheiben	Radieschen
1	Avocado
1 EL	Joghurt
1 TL	Zitronensaft
1/2 TL	Honig
1 TL	Olivenöl
1/2	rote Zwiebel in Ringen
2 EL	Feta, zerbröselt
1 EL	geröstete Walnüsse/ Sonnenblumenkerne
nach Bedarf	Salz & Pfeffer

Schritte

- Püriere die Avocado mit Joghurt, Zitronensaft, Senf, Honig, Salz und Pfeffer, bis eine cremige Masse entsteht.
- Bepinsel die Brotscheiben mit Olivenöl und röste sie in einer Pfanne goldbraun.
- Bestreiche eine Brotscheibe mit Avocado-Creme, verteile dann die Radieschenscheiben, Radieschen-Microgreens, Zwiebelringe und den zerbröselten Feta darauf.
- Streue die gerösteten Walnüsse oder Sonnenblumenkerne darüber.
- Lege die zweite Scheibe Brot darauf, drücke das Sandwich leicht an und halbiere es diagonal. Serviere es sofort und genieße es!

GUTEN APPETIT! :)

015110380167
spross-spore.de
hallo@spross-spore.de

SPROSS UND SPORE
Josef- Deuber-Straße 15
72393 Burladingen-Melchingen

Instagram/
Telegram/
Facebook:
Sprossundspore