



American Sandwich mit Waldorfsalat

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bio Zitronen	1 St.
Äpfel, grün	1 St.
Stangensellerie	100 g
Walnusskerne	50 g
Mayonnaise	60 g
Joghurt, natur	60 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Mini Romana	1 St.
Weintrauben, dunkel	100 g
Toastbrot	8 Scheiben
Kochschinken	8 Scheiben

Zubereitung

1. Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen. Apfel waschen, schälen, vierteln, Kerne entfernen und fein würfeln. Stangensellerie waschen (zartes Grün beiseitelegen) und ebenfalls fein würfeln. Walnüsse fein hacken.
2. In einer Schüssel Apfel, Stangensellerie, Walnüsse, Mayonnaise und Joghurt verrühren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Durchziehen beiseitestellen.
3. Salat klein zupfen, Strunk entfernen, waschen und trocken schleudern. Weintrauben waschen und vierteln. Beides in den Salat untermengen und ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.
4. Toastbrotsciben nach Belieben leicht anrösten und Waldorfsalat großzügig auf 4 Brotscheiben verteilen. Mit beiseitegelegtem Selleriegrün und Schinken belegen, übrige Toastbrotsciben daraufklappen und vorsichtig festdrücken. Sandwiches halbieren und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	644 kcal
Kohlenhydrate	86 g
Eiweiß	24 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	25 g