



Veganes überbackenes Sandwich

Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Paprika, rot	1 St.
Paprika, gelb	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Champignons, braun	350 g
Öl	3 TL
Vemondo veganes Gyros mit Zwiebeln	300 g
Ketchup	60 ml
Smokehouse BBQ Rub	2 TL
Salz	
Hot Dog Brötchen	8 St.
Vemondo Reibegenuss	150 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und klein würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in Scheiben schneiden.
2. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Paprika, Champignons, Zwiebeln und veganes Gyros ca. 7 Min. anbraten. Ketchup dazugeben, mit BBQ Rub und Salz würzen.
3. Hot Dog Brötchen einschneiden, aber nicht ganz durchschneiden. Jeweils 3 EL veganes Gyros in die Brötchen geben und Vemondo Reibegenuss darüberstreuen.
4. Im Ofen auf einem Backblech mit Backpapier ca. 7 Min. backen und anschließend heiß servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	663 kcal
Kohlenhydrate	99 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	21 g