

BLT-Sandwich mit gebratenem Lachsfilet

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Sandwich

Für das Sandwich

2 Scheiben Brioche-Brot
1 Lachsfilet (ca. 125 g)
1/2 Avocado
1 Tomate
1 Handvoll Rucola
2 Scheiben Bacon
1/2 Bund Schnittlauch
Salz, Pfeffer
4 Esslöffel Honig-Senf-Sauce

BLT - Bacon, Lettuce and Tomato: Das erste Indiz für ein richtig gutes Sandwich, das seinen Namen auch wirklich verdient hat. Und mit "Sandwich" meine ich nicht die kümmerlichen Toast-Dreiecke, die ihr ehlenes Dasein im Kühlregal des Discounters um die Ecke fristen. Nein, ich meine eine echte Deluxe-Schnitte, mit allem drauf und drum und dran!

Also, wenn Bacon, Salat und Tomate als Basis schon gesetzt sind, was fehlt dann noch? Neben fluffigem Brioche zum Stapeln, führt bei meinem Sandwich an cremigem Avocado natürlich kein Weg vorbei! Dazu gibt's

das Dressing meiner Wahl: süß-scharfe Honig-Senf-Sauce. Zum krönenden Abschluss darf dann auch der eigentliche Star auf meinem Butterbrot der Extraklasse Platz nehmen - das gebratene Lachsfilet. Dieses Sandwich macht meiner Meinung nach sogar einem guten Buger Konkurrenz.

- 1 -

Avocado schälen, entkernen und in Scheiben schneiden. Rucola waschen. Tomate in Scheiben schneiden. Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Brioche-Scheiben toasten und beiseitelegen.

- 2 -

Bacon in einer Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten knusprig braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

- 3 -

Lachsfilet mit Salz und Pfeffer würzen. In der selben Pfanne im ausgelassenen Bacon-Fett ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Wenden und weitere 5 Minuten braten.

- 4 -

Beide Brioche-Scheiben mit Honig-Senf-Sauce bestreichen und mit Schnittlauch bestreuen. Eine Scheibe mit Rucola, Tomate, Avocado und Bacon belegen. Lachsfilet darauf setzen und mit zweiter Brotscheibe bedecken.