

## Veggie Sloppy-Joe-Sandwich

VORBEREITEN

5  
Min.

ZUBEREITEN

15  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 2 Portionen

#### Für die Sandwiches

4 Scheiben Toastbrot  
4 Teelöffel Butter

#### Für die Füllung

1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 Esslöffel Pflanzenöl  
180 g Rügenwalder Mühle Vegetarisches Mühlen Hack  
1 Esslöffel Tomatenmark  
100 g Ketchup  
1 Esslöffel Senf  
20 g brauner Zucker  
1/2 Teelöffel Chilipulver  
Salz, Pfeffer  
150 g Cheddar  
2 Esslöffel Röstzwiebeln  
2 Esslöffel eingelegte Jalapeños

#### Besonderes Zubehör

Grillpfanne

Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und vegetarisches Hack 2-3 Minuten scharf anbraten. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und weitere 2-3 Minuten mitbraten. Tomatenmark, Ketchup, Senf, Zucker und Chilipulver zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen.

- 3 -

Alle Toastscheiben großzügig mit Butter bestreichen. Grillpfanne erhitzen und zwei Scheiben auf der Butterseite hineinlegen. Hackmasse auf den Toastscheiben verteilen, Röstzwiebeln darüber streuen, mit Jalapeños belegen und mit Cheddar abschließen.

- 4 -

Sandwiches mit übrigen Toastscheiben toppen. Dabei sollte die Butterseite nach oben zeigen. Sandwiches wenden und weitere 2 Minuten anbraten. Dabei mit einem Pfannenwender etwas zusammendrücken.

- 5 -

Sloppy Joe ohne Fleisch? "No way" würde jetzt wohl jeder Sandwichfan und Anhänger des klassischen "schludrigen Joe" und seiner würzigen Hackfleischsauce sagen, dem das bekannte Sandwich seinen Namen verdankt. Doch dass diese Variante mit Veggie-Hack gemacht wird und ganz ohne Fleisch auskommt, hätte auch der größte Stullenverehrer nicht geschmeckt.

- 1 -

Für die Füllung Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Cheddar reiben.

- 2 -



# Veggie Sloppy-Joe-Sandwich