

# Mediterranes Pfannensandwich



## Deine persönliche Einkaufsliste: (Zutaten für 2 Personen)

½ Bauernbrot am Stück	200g Semmelbrösel
1 Bund Rucola	200g Sesam
1 Basilikum im Topf	200g veganer Reibekäse
2 Zehen Knoblauch	3 EL veganer Naturjoghurt
60g vegane Butter	1 Zitrone
1 Aubergine (alternativ: Zucchini)	5 EL Mehl
1 Block Tofu natur (200g)	Olivenöl zum Braten
1 Glas getrocknete Tomaten	Salz & Pfeffer

## Schritt für Schritt Anleitung:

1. **Butter** aus dem Kühlschrank holen und 60g in eine Schüssel abfüllen
2. Den **Rucola** waschen und schleudern
3. **Für die Tomatencreme:**  
Die getrockneten Tomaten in ein Sieb abgießen (Öl in einer Schüssel auffangen!). Den Tofu grob in den Mixer bröseln, getrocknete Tomaten, 3 EL von dem aufgefangenen Öl und die Blätter des kompletten Topfes Basilikum in den Mixer geben. 1 Zehe Knoblauch, 2 EL Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb und 3 EL veganen Naturjoghurt dazugeben und alles gut mixen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**4. Für die panierten Auberginen:**

In einer Schüssel 5 EL Mehl mit 10 EL Wasser vermischen, Salz und Pfeffer zugeben. In einer zweiten Schüssel 4 EL Paniermehl und 4 EL Sesam mischen. Die Aubergine in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und jeweils zuerst durch das Wasser-Mehl-Gemisch ziehen und in dem Sesam-Paniermehl wälzen. Auf einem Teller nebeneinanderlegen und zunächst zur Seite stellen.

**5. Für die Knoblauchbutter:**

Die weiche vegane Butter, 1 Zehe Knoblauch, ¼ des Rucola (ganz klein gehackt) mit einer Gabel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**6. Sandwiches belegen:**

4 Scheiben vom Bauernbrot abschneiden (1-2 cm dick). Je eine Seite mit der Knoblauchbutter bestreichen. Dann alle Scheiben wenden und von der anderen Seite mit der Tomatencreme bestreichen und eine Hand voll von dem veganen Reibekäse auf je eine Seite der mit Tomatencreme bestrichenen Brotscheiben geben. Beide Sandwiches zusammenklappen.

**7. Auberginen braten:**

Auberginen von beiden Seiten anbraten bis sie goldbraun sind.

**8. Sandwiches braten:**

Zeitgleich die Sandwiches in eine große Pfanne geben und mit einem Deckel abdecken, sodass der Käse gut schmelzen kann. Von beiden Seiten anbraten, bis die Brote schön braun sind und der Käse „Fäden zieht“. Am besten am Ende den Deckel runternehmen, sodass sie schön knusprig werden.

**9. Anrichten:**

Sandwiches aus der Pfanne nehmen und auf einen Teller legen. Aufklappen, mit den Auberginen und dem restlichen Rucola belegen und servieren.

Wir wünschen dir einen guten Appetit!