



Grilled-Cheese-Sandwich mit Kimchi

dazu gebackenes Karotten-Pastinaken-Gemüse



30-40min



2 Personen

Heute trifft Korea auf die USA! Natürlich nur kulinarisch, denn wir servieren Fusion-Food vom Feinsten: ein knuspriges Grilled-Cheese-Sandwich mit Kimchi als VIP-Gast. Kimchi ist ein fermentierter Kohlsalat, der pikant mariniert wird und überraschenderweise perfekt zu geschmolzenem Käse passt. Als Beilage gibt es Karotten und Pastinaken aus dem Ofen; mit einer süßlichen Misoglasur überzogen schmecken sie einfach himmlisch!

Was du von uns bekommst

- 1 große Pastinake
- 1 Karotte
- 25g Misopaste ^{2,3}
- 1 Packung Kimchi
- 1 Packung veganes Toastbrot ²
- 75g geriebener Cheddar ¹
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Päckchen Sesam ⁴

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ¹
- 1EL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Milch (1), Gluten (2), Sojabohnen (3), Sesamsamen (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

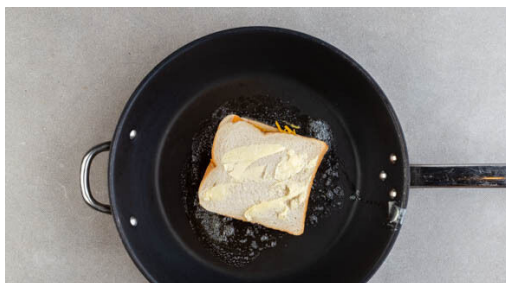
Nährwertangaben pro Portion

Energie 686kcal, Fett 36.3g, Kohlenhydrate 62.9g, Eiweiß 20.8g



1. Gemüse backen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Pastinake** und die **Karotte** ggf. schälen, dann in ca. 2cm dicke Stifte schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Pflanzenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Das **Gemüse** gleichmäßig verteilen und im Ofen ca. 15Min. backen, bis es gar und leicht gebräunt ist. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



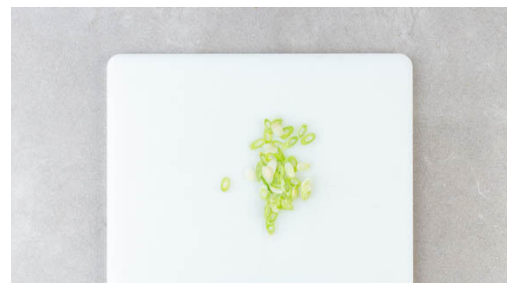
4. Sandwiches braten

Die **Sandwiches** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. braten, bis der **Käse** geschmolzen und die **Toastscheiben** appetitlich gebräunt sind.



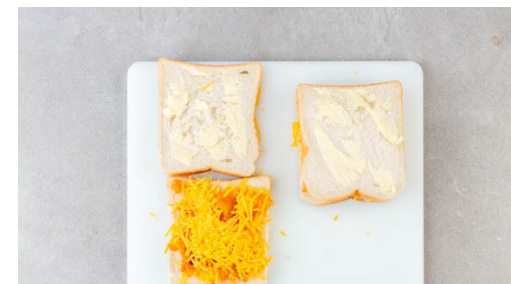
2. Gemüse verfeinern

Die **Misopaste** mit 1EL Honig verrühren und nach ca. 15Min. Backzeit mit dem **Ofengemüse** vermengen. Anschließend weitere 8-10Min. backen.



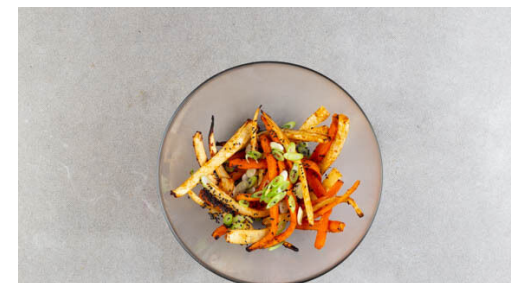
5. Lauchzwiebel schneiden

Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



3. Sandwiches belegen

Das **Kimchi** in einem Sieb abtropfen lassen und mit den Händen so viel Flüssigkeit wie möglich ausdrücken. Die **Toastscheiben** von einer Seite mit jeweils ½EL Butter bestreichen. **2 Toastscheiben** mit der gebutterten Seite nach unten auf ein Brett legen und mit dem **Käse** und dem **Kimchi** belegen. Die **übrigen Toastscheiben** so darauf legen, dass die gebutterten Seiten außen sind.



6. Fertigstellen & servieren

Das **Karotten-Pastinaken-Gemüse** mit den **Lauchzwiebeln** und dem **Sesam** bestreuen. Die **Sandwiches** diagonal halbieren und mit dem **Gemüse** servieren.