



Grilled-Cheese-Sandwich mit Kimchi

dazu gebackenes Karotten-Pastinaken-Gemüse



30-40min



3-4 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

- 2 große Pastinaken
- 2 Karotten
- 50g Misopaste ^{1,6}
- 2 Packungen Kimchi
- 2 Packungen veganes Toastbrot ¹
- 200g geriebener Cheddar ⁷
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Päckchen schwarzer Sesam ¹¹

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ⁷
- 2EL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- 2 große Pfannen
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 715kcal, Fett 39.2g, Kohlenhydrate 60.5g, Eiweiß 24.3g



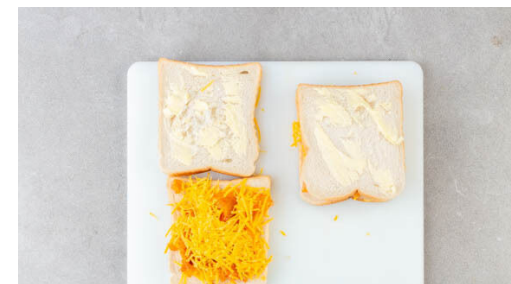
1. Gemüse backen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Pastinaken** und die **Karotten** ggf. schälen, in ca. 2cm dicke Stifte schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Pflanzenöl sowie je 1 kräftigen 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.



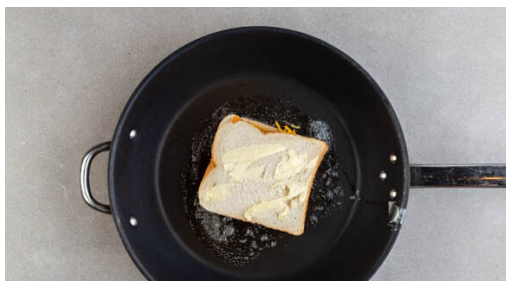
2. Gemüse verfeinern

Die **Misopaste** mit 2EL Honig verrühren und nach ca. 15Min. Backzeit mit dem **Ofengemüse** vermengen. Anschließend weitere 8-10Min. backen.



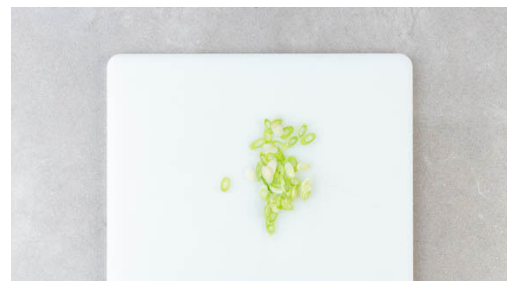
3. Sandwiches belegen

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. **4 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.



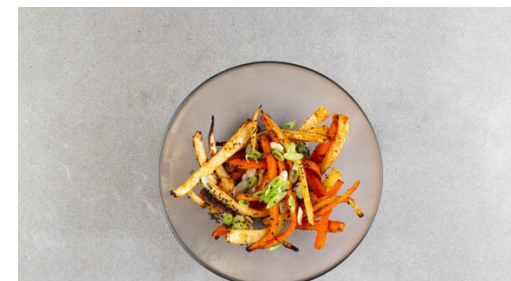
4. Sandwiches braten

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



5. Lauchzwiebeln schneiden

Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



6. Fertigstellen & servieren

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