



Gegrilltes Käsesandwich mit Schmorzwiebeln

dazu Spinatsalat mit Haselnüssen und Birne



ca. 25min



4 Portionen

Unser heutiges Gericht ist inspiriert von den populären US-amerikanischen „Grilled Cheese Sandwiches“: buttriger Toast mit Käse, in der Pfanne knusprig ausgebraten, sodass der Käse schmilzt und das Brot herrlich goldbraun wird, mmh ... Und weil dieses Sandwich grandios als Soulfood taugt und super einfach zu machen ist, mussten wir es einfach nachkochen - und zwar in einer extraleckeren Version mit geschmorten Zwiebeln.

Was du von uns bekommst

- 3 Zwiebeln
- 50g blanchierte Haselnusskerne⁵
- 3 Birnen
- 2 Pck. veganes Toastbrot²
- 200g junger Gouda, gerieben³
- 200g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- 6EL Mayonnaise¹
- 3EL Butter³
- 2TL Senf⁴
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen

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

Kochtipp

Falls nicht alle Sandwiches gleichzeitig in die Pfanne passen, entweder die zweite Pfanne auswaschen und mitverwenden oder die Sandwiches in zwei Portionen nacheinander grillen.

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Senf (4), Schalenfrüchte (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

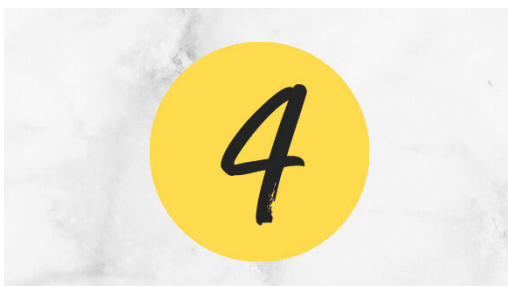
Nährwertangaben pro Portion

Energie 805kcal, Fett 57.1g, Kohlenhydrate 51.3g, Eiweiß 20.7g



1. Zwiebeln anbraten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in ca. 0,5cm breite Streifen schneiden. In einer großen Pfanne mit 2EL Butter und ½TL Salz bei mittlerer Hitze 10-14Min. braten, bis sie gut gebräunt sind, dabei regelmäßig umrühren. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne wird weiterverwendet.



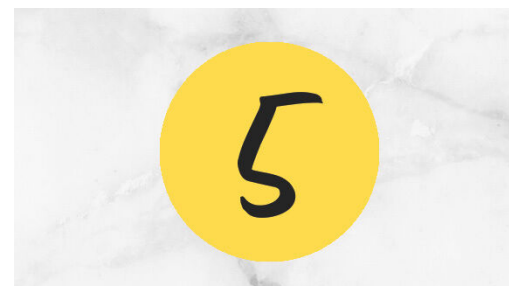
4. Sandwiches grillen

4 Toastscheiben mit der Mayonnaise-Seite nach unten bei mittlerer Hitze in die Zwiebelpfanne geben, den **Käse** gleichmäßig darauf verteilen und mit Pfeffer würzen. Die **Zwiebeln** über dem **Käse** verteilen und die **übrigen Toastscheiben** mit der Mayonnaise-Seite nach oben darauflegen. Die **Sandwiches** von jeder Seite 2-3Min. braten, bis der **Käse** geschmolzen ist (siehe Schritt 6).



2. Nüsse rösten

Die **Nüsse** grob zerkleinern und in einer weiteren großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 3-4Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne wird weiterverwendet.



5. Fertigstellen & servieren

2EL Olivenöl, 2EL (Weißwein-)Essig, 1TL Honig, 2TL Senf und ½TL Salz zu einem Dressing verrühren. Den **Spinat** und die **Birnen** unter das **Dressing** heben. Die **Sandwiches** diagonal halbieren, mit dem **Spinatsalat** anrichten und den **Salat** mit den **Nüssen** garnieren.



3. Birnen braten

Die **Birnen** vierteln und entkernen, dann in dünne Scheiben schneiden. In der Nusspfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze ca. 4Min. anbraten, bis sie gebräunt und weich sind. Die **Toastscheiben** mit je 2TL Mayonnaise bestreichen.



6. Salto in der Pfanne

Sandwiches zu wenden ist nicht ganz einfach - sie fallen gerne auseinander. Dazu haben wir einen hilfreichen Tip: Einen großen Teller über die Pfanne legen und festhalten, die Pfanne mit dem Teller zusammen umdrehen und die Sandwiches stürzen. Dann die Sandwiches vom Teller zurück in die Pfanne gleiten lassen. Falls die Sandwiches nach 2Min. schon sehr dunkel sind, die Hitze reduzieren.