



Pulled Mushroom Sandwich

mit Käse und Salat



unter 20min



1 Portion

Dieses Gericht bringt die aromatische Vielfalt des Orients im Nu auf deinen Teller und eignet sich perfekt für einen schnellen, genussvollen Lunch. Mit Schawarma-Gewürzen marinierte Pilze werden in der Pfanne scharf angebraten. Zusammen mit cremigem Feta, knackigem Salat und saftigen Tomatenscheiben wandern sie als reichhaltige Füllung in knusprig getoastetes Vollkornpitabrot. Einfach lecker.

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. vegane Schawarma-Pilze ³
- 4 Vollkornpitabrote ¹
- 1 Tomate
- 50g Feta ²
- 200g Eisberg-Salatmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Toaster
- mittelgroße Pfanne

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Sojabohnen** (3).

Kann Spuren enthalten von: Sesamsamen

Nährwertangaben pro Portion

Energie 735kcal, Fett 41.9g,
Kohlenhydrate 61.4g, Eiweiß 26.8g

1

1. Pilze braten

Die **Pilze** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 2-3Min. vollständig erwärmen.

2

2. Brote toasten

Währenddessen **2 Pitabrote** in einem Toaster bis zur gewünschten Bräunung rösten. Die **Tomate** in dünne Scheiben schneiden. Den **Feta** zerkrümeln.

3

3. Salat anmachen

Die **½ des Salats** mit ½EL Olivenöl, 1EL Essig und je 1 Prise Salz und Pfeffer anmachen.
Tipp: Wer mag, kann auch mehr **Salat** verwenden. Die **Pitabrote** aufschneiden und mit den **Pilzen**, dem **Salat**, den **Tomatenscheiben** und dem **Feta** füllen und servieren.



4. Jetzt bewerten!

Dein Feedback ist wichtig, denn es hilft uns, unsere Rezepte und unser Angebot zu verbessern und mehr von dem zu liefern, was du liebst. Also sei nicht schüchtern – bewerte jedes Rezept, das du aus unserem Menü ausprobiert hast!



5. Hat es dir geschmeckt?

Großzügigkeit ist eine tolle Sache und gutes Essen will geteilt werden! Schicke deinen Freunden ein köstliches Geschenk und lade sie über deinen Account zu Marley Spoon ein – sie erhalten dann ein besonderes Willkommensangebot und du bekommst von uns eine kleine Belohnung, wenn sich deine Freunde über deine Einladung anmelden!



6. Ein Extra gefällig?

Kennst du schon die köstlichen Leckereien aus unserem Markt? Dort findest du **kaltgepresste Säfte**, feine Snacks oder Zutaten für einen bunten Beilagensalat. So machst du deine nächste Mahlzeit zu etwas ganz Besonderem!