MARLEY SPOON



Bacon-Sandwich mit Ahornsirup

garniert mit Tomate und buntem Salat

unter 20min 3 Portionen

Heute gibt es BLT mal anders. BLT? Das steht für „Bacon, Lettuce, Tomato“, also „Speck, Salat, Tomate“ – ein absoluter Klassiker unter den Sandwiches. Wir lieben Klassiker, aber noch mehr lieben wir es, sie ein wenig abzuwandeln. Das Ergebnis ist optisch recht nah am Original, entscheidend sind aber die inneren Werte: Der Bacon wird mit Ahornsirup süßlich-karamellig verfeinert und der Salatmix punktet mit Vielfalt. Enjoy!

Was du von uns bekommst

- 8 Scheiben Toastbrot [2]
- 2 Pck. Baconscheiben
- 1 Pck. Ahornsirup
- 3 Tomaten
- 400g Eisberg-Salatmischung

Was du zu Hause benötigst

- 6TL Mayonnaise [1]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Toaster
- große Pfanne

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

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 493kcal, Fett 30.3g, Kohlenhydrate 42.4g, Eiweiß 14.2g



1. Brot toasten

6 Scheiben Toastbrot bis zur gewünschten Bräunung toasten. **Tipp:** Wer keinen Toaster hat, röstet den **Toast** 2–4Min. im Ofen bei 180°C (160°C Umluft).



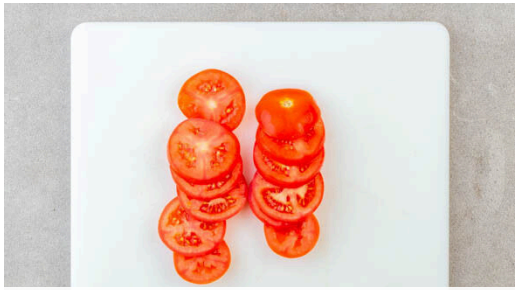
2. Bacon braten

Eine große Pfanne mittelhoch erhitzen, **¾ der Baconscheiben** nebeneinander hineinlegen und 5–7Min. braten, sodass das Fett austritt. **Tipp:** Damit die **Baconscheiben** nicht übereinanderliegen, ggf. eine zweite Pfanne verwenden oder in mehreren Durchgängen braten.



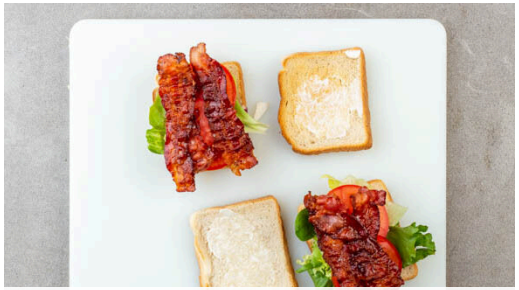
3. Ahornsirup zufügen

Den **Bacon** mit **¾ des Ahornsirups** beträufeln und ca. 2Min. weiterbraten, bis er knusprig ist. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.



4. Tomaten schneiden

Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden.



5. Toast belegen

Jede Toastscheibe mit 1TL Mayonnaise bestreichen. Dann **3 Toastscheiben** nach Belieben mit **Salat**, **Tomaten** und **Bacon** belegen und mit den **restlichen 3 Toastscheiben** bedecken. Vorsichtig zusammendrücken und diagonal halbieren.



6. Salat mischen

Den **übrigen Salat** und die **übrigen Tomaten** mit 2EL Olivenöl und 2EL Essig vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Sandwiches** mit dem **Salat** servieren.