



Balance Geflügel-Fleischwurst

Zutaten:

73% Geflügelfleisch (Putenfleisch, Hähnchenfleisch), 25% **Joghurt**, Nitritpökelsalz (Kochsalz, Konservierungsstoff (Natriumnitrit)), **Molkenpulver**, Maltodextrin, Gewürze, Gewürzextrakte, Dextrose, Antioxidationsmittel (Ascorbinsäure). Kann Spuren von **Gluten**, **Sellerie** und **Senf** enthalten.

Nährwerte pro 100g:

Energie:	659 kJ / 158 kcal
Fett:	10 g
davon gesättigte Fettsäuren:	3,5 g
Kohlenhydrate:	2,0 g
davon Zucker:	1,8 g
Eiweiß:	15 g



Unsere Rezeptidee! Amerikanisches Sandwich

Balance Fleischwurst	1 Pack.
Baguette (ca. 40-50cm lang)	1
Käse	5 Scheiben
Gewürzgurken	4
Tomaten	5 kleine
Zwiebel	1
Oliven	3
Salat	4 Blätter
Margarine oder Butter	n. B.
Mayonnaise	n. B.
Salz, Pfeffer	n. B.

Angaben für 4 Portionen

Zunächst das Baguette aufschneiden, wobei die obere Hälfte ein klein wenig dünner sein sollte, als die untere. Nun beide Hälften zuerst mit der Margarine, danach mit der Mayonnaise bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Als Nächstes die Gewürzgurken in dünne Streifen schneiden und mit Küchenrollenpapier trocken tupfen. Tomaten waschen, entkernen und ebenfalls in Streifen schneiden. Die Oliven und die Zwiebeln in Scheiben schneiden. Die gewaschenen Salatblätter auch mit Küchenrollenpapier trocken tupfen. Die Käsescheiben werden geviertelt, die Balance Geflügelfleischwurst wird halbiert. Nun beginnt das Belegen des Sandwiches. Als Erstes werden die halben Geflügelfleischwurstscheiben auf der unteren Hälfte des Baguettes verteilt, dann die Gurken und der Käse. Als nächstes wird alles mit den Salatblättern bedeckt. Zum Schluss kommen dann die Tomaten, die Zwiebeln und die Oliven auf das Baguette. Jetzt wird das Baguette vorsichtig zusammengelegt und die Oberseite leicht ange-drückt. Das Ganze wird nun in vier Teile geschnitten und serviert.

Bernard Matthews wünscht Ihnen einen guten Appetit!