



Tandoori-Sandwich

Schon mal Indien zwischen zwei knusprigen Brötchenhälften probiert?

Zutaten (4 Pers.)

Für das Sandwich:

- 80 g Pflanzen Geschnetzeltes
- 50 ml heisses Wasser
- 70 g veganer Mandeljoghurt
- 2 EL Tandoori-Gewürzmischung
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Prise Paprika
- 2 EL Rapsöl

Für das Chutney:

- 40 ml Apfelmast
- 40 ml Apfelessig
- 1 TL Rohzucker
- Koriander, Kurkuma, Ingwer, Zimt, Salz
- 145 g Äpfel
- 70 g Mangopüree
- 70 g Spitzkabis, fein geschnitten
- 80 g vegane Mayonnaise
- 4 Brötchen

Gesamtzeit: Ca. 3 Stunden

Aktive Zeit: Ca. 40 Min.



Zubereitung

- 1 Marinade: Joghurt, Tandoori-Gewürz, Zitronensaft und Paprika in einer Schüssel vermischen. Geschnetzeltes mit heissem Wasser dazugeben, gut verrühren und 2 Stunden marinieren lassen. Danach in heissem Rapsöl knusprig braten.
- 2 Chutney: Apfelmast, Essig, Zucker, Gewürze und Salz verrühren und in einem Topf erhitzen. Äpfel schälen, würfeln und beigeben. Kochen, bis die Würfel weich sind. Mangopüree unterrühren und Chutney abkühlen lassen.
- 3 Sandwich zusammensetzen: Brötchen längs aufschneiden (nicht ganz durch). Mayonnaise mit Spitzkabis und etwas Tandoori-Gewürz vermengen, 30 Minuten ziehen lassen. Kohlmayonnaise auf das Brötchen streichen, das gebratene Geschnetzelte mit dem Mango-Apfel-Chutney vermengen und darüber geben. Brötchen zusammenklappen und geniessen!

Weitere Rezepte: feldkost.ch/rezepte