



Gefüllter Cheddar-Toast

Als schneller Snack für zwischendurch oder als deftiges Hauptgericht



Portionen
4



Zubereitungszeit
35 Minuten



Schwierigkeitsgrad
Einfach

ZUTATEN

- 1 rote Zwiebel
- 1 EL Butterschmalz
- 500 g Rinderhackfleisch
- Chili con Carne Gewürz
- 4 EL Barbecue-Sauce
- 8 Scheiben Vollkorntoast
- 4 EL Butter
- 1 Packung Hochland Sandwich Scheiben mit Cheddar

ZUBEREITUNG

1. Zwiebel schälen und klein würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und Zwiebeln und Hackfleisch darin sehr heiß anbraten. Dabei wenig bewegen, sodass am Ende einige größere Hackfleisch-Stücke mit dabei sind.
2. Zwiebel-Hackfleisch-Mischung vom Herd nehmen und mit Chili con Carne Gewürz und Barbecue-Sauce kräftig würzen.
3. Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Jeweils 2 Scheiben Toast im Toaster oder Ofen tosten und mit Butter bestreichen. Hackfleisch auf der Butterseite von 4 Toasts verteilen, jeweils 2-3 Hochland Sandwich Scheiben auflegen und die obere Toastscheibe mit der Butterseite nach oben auflegen.
4. Die gefüllten Cheddar-Toasts im Backofen ca. 5 Minuten überbacken.

Tipp

Aus 4 einfachen Sandwiches werden 2 Doppeldecker: Dafür beim Zusammensetzen jeweils eine Scheibe Toast weglassen. Für einen zusätzlichen Schärfekick 4 Jalapeño-Chilischoten in feine Ringe schneiden und zwischen den Käsescheiben und dem Hackfleisch verteilen.



Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 2949 kJ (705 kcal)

Kohlenhydrate: 22 g

Fett: 52 g

Eiweiß: 35 g