



PROTANEO GESCHNETZELTES - EINFACH GUT

Tandoori-Sandwich mit Protaneo Geschnetzeltem

Tandoori-Sandwich mit Protaneo Geschnetzeltem



Zutaten (4 Pers.)

80 g	Protaneo Geschnetzeltes *
50 ml	Wasser heiss
70 g	Mandeljoghurt vegan
2 EL	Tandoori-Gewürzmischung
2 EL	Zitronensaft
1 Prise	Paprika
2 EL	Rapsöl

Chutney

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

Zubereitung

- 1 **Marinade:** Joghurt, Tandoori-Gewürz, Zitronensaft und Paprika in einer Schüssel verrühren. Geschnetzeltes und heißes Wasser dazugeben, gut verrühren und 2 Stunden marinieren lassen. Geschnetzeltes in dem zuvor in einer Pfanne erhitzten Rapsöl stufenweise knusprig braten.
- 2 **Chutney:** Apfelwein, Essig, Zucker, Gewürze und Salz nach Geschmack verrühren. In einem Topf zum Kochen bringen. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und die Apfelviertel in 0,5 cm große Würfel schneiden. Zum Essig geben und kochen, bis sie weich sind. Mangopüree zugeben, alles verrühren und abkühlen lassen.
- 3 **Das Brot** der Länge nach nicht vollständig durchschneiden. Mayonnaise mit dem Spitzkabis und etwas Tandoori-Gewürz verrühren und 30 Minuten ziehen lassen. Die Kohlmayonnaise auf das Brot geben, das gebratene Geschnetzelte mit dem Mango-Apfel-Chutney vermischen und auf der Mayonnaise verteilen. Die Brothälften leicht zusammenklappen.

ECO-SCORE beelong.ch



* Die ECO-SCORE® Skala und die IP-SUISSE Zertifizierung sind nur an das Produkt «Protaneo Geschnetzeltes» vergeben.



protaneo