



## Bacon-Sandwich mit Ahornsirup

mit Tomate und buntem Salat



binnen 20min



2 personen

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!

## Wat je van ons krijgt

- 4 sneetjes witbrood <sup>1</sup>
- 1x gerookt spek
- 1 kuipje ahornsiroop
- 2 tomaten
- 100g mesclun

## Wat je thuis nodig hebt

- 4tl mayonaise <sup>3</sup>
- peper en zout
- 15ml olijfolie
- 15ml azijn

## Kookgerei

- broodrooster
- grote koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabbladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## Allergenen

gluten (1), eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 487kcal, vet 29.1g, koolhydraten 42.9g, eiwit 14.4g



1

### 1. Brot toasten

Das **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

### 2. Bacon braten

Eine große Pfanne mittelhoch erhitzen, die **Baconscheiben** nebeneinander hineinlegen und 5-7Min. braten, sodass das Fett austritt.



3

### 3. Ahornsirup zufügen

Den **Bacon** mit der **½ des Ahornsirups** beträufeln und ca. 2Min. weiterbraten, bis er knusprig ist. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.



4

### 4. Tomaten schneiden

Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden.



5

### 5. Toast belegen

**Jede Toastscheibe** mit 1TL Mayonnaise bestreichen. Dann **2 Toastscheiben** nach Belieben mit **Salat**, **Tomaten** und **Bacon** belegen und mit den **restlichen Toastscheiben** bedecken. Vorsichtig zusammendrücken und diagonal halbieren.



6

### 6. Salat mischen

Den **übrigen Salat** und die **übrigen Tomaten** mit 1EL Olivenöl und 1EL Essig vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Sandwiches** mit dem **Salat** servieren.