



Superfix V2: Philly-Cheesesteak-Sandwich

vom Bio-Rind mit Salat und BBQ-Sauce



ca. 20min



2 personen

Das Cheesesteak-Sandwich ist eine Ikone der US-amerikanischen Ostküste. Das saftige Fleisch ist traditionell klein geschnitten und darf mit Käse eine recht (h)eilige Allianz eingehen. Obendrauf kommen bräunlich-süß gebratene Zwiebeln – und bitte nicht zu knapp! All das ist rasend schnell zubereitet, ein Fast-Food-Klassiker eben. Weil wir aber nicht am Imbissstand sind, erhöhen wir um einen erfrischenden Salat mit Tomaten. Yay!

Wat je van ons krijgt

- 2 baguettes ¹
- 1 ui
- 2 tomaten
- 1x biologische runderreepjes
- 100g belegen Gouda, geraspt ⁷
- 100g mesclun
- 20ml BBQ-saus ^{9,10}

Wat je thuis nodig hebt

- 1tl mayonaise ³
- peper en zout
- 35ml plantaardige olie
- 5ml azijn

Kookgerei

- oven
- middelgrote koekenpan met deksel

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 884kcal, vet 39.8g, koolhydraten 78.8g, eiwit 53.1g



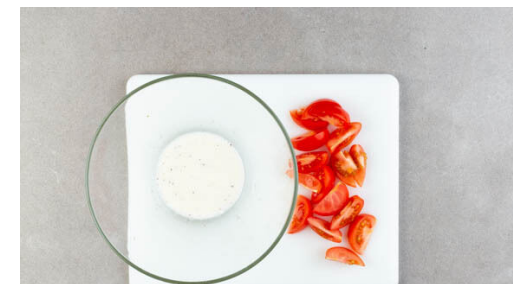
1. Brötchen aufbacken

Den Backofen op 180°C (160°C Umluft) voorheizen. De **Brötchen** in den noch opheizenden Ofen geben und in 8-10Min. leicht knusprig erwärmen.



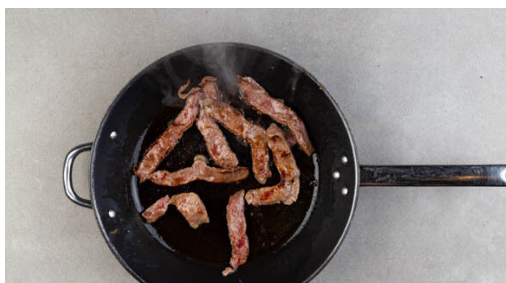
2. Zwiebeln braten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren, in dünne Streifen schneiden und in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl und 1 Prise Salz bei starker Hitze ca. 3Min. anbraten. 2-3EL Wasser zugeben und die Hitze reduzieren. Die **Zwiebeln** bei mittlerer Hitze 5-6Min. weiterbraten, bis sie weich und appetitlich gebräunt sind.



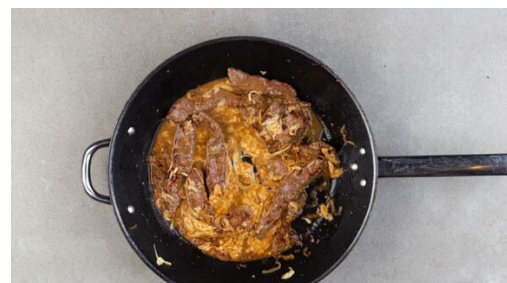
3. Tomaten schneiden

Die **Tomaten** in Spalten schneiden. 1TL Mayonnaise und 1TL hellen Essig mit je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren.



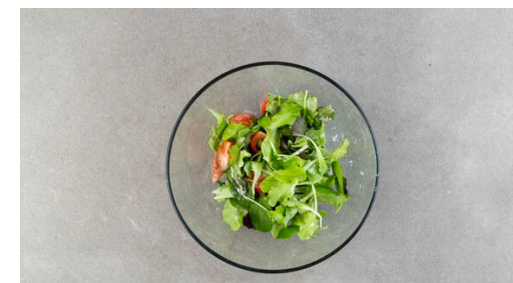
4. Fleisch braten

Die gebratenen **Zwiebeln** aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Pfanne erneut stark erhitzen. Das **Fleisch** trocken tupfen, mit 1TL Pflanzenöl in die heiße Pfanne geben und ca. 3Min. scharf anbraten.



5. Käse einrühren

Das **Fleisch** mit 1 Prise Salz würzen, dann die Hitze reduzieren. Den **Käse** zugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Die **Zwiebeln** und 2TL Wasser untermengen und alles abgedeckt ca. 1Min. köcheln lassen.



6. Salat fertigstellen

Den **Salat** und die **Tomaten** mit dem Dressing vermengen. Die **Brötchen** aufschneiden, mit der **BBQ-Sauce** bestreichen und nach Belieben mit dem **Fleisch** und den **Zwiebeln** belegen. Die **Sandwiches** mit dem **Salat** anrichten und servieren.