

Veganes Schnitzel Sandwich.

 **25 Min.**

Arbeitszeit

 **25 Min.**

Gesamtzeit

 **einfach**

Aufwand

Zutaten für:

große Karotte(n)
ml heißes Wasser
ml Essig
TL Salz
EL Zucker
kleine(s) Baguettebrötchen
vegane(s) Schnitzel (z.B. Food For Future)
Knoblauchzehe(n)
kleine(s) Stück(e) Ingwer
Limette(n)
ml Sojasauce (z.B. Taste of Asia)
EL Ahornsirup (z.B. Naturgut)
Bund Petersilie
Gurke
EL Mango-Papaya-Curry-Aufstrich (z.B. Food For Future)
EL Sweet Chili Sauce (z.B. Taste of Asia)

Zubereitung:

- 1** Karotten mit einem Gemüseschäler in Streifen schneiden.
- 2** Karottenstreifen mit heißem Wasser, Essig, Salz und Zucker vermengen und beiseite stellen.
- 3** Die kleinen Baguettes im Ofen für ca. 8-10 Min. bei 220°C (Ober-/Unterhitze) goldig backen.
- 4** In der Zeit das vegane Schnitzel marinieren: Die Limette auspressen, Knoblauch und Ingwer fein reiben. Alles zusammen mit Sojasauce und Ahornsirup vermengen.
- 5** Das Schnitzel in die Marinade tunken, herausholen und anbraten. Danach in mundgerechte Streifen schneiden.
- 6** Die Petersilie grob hacken. Die Gurke mit dem Gemüseschäler in Streifen schneiden.
- 7** Dann die Baguettes aufschneiden. Mit dem Aufstrich bestreichen.
- 8** Das Sandwich mit Karotten, Schnitzelstreifen, Gurke, Petersilie und etwas Sweet Chili Sauce belegen. Guten!