



www.gemeinsamtafeln.de

Kachkiste



die lobby für kinder
Ortsverband Lübeck e.V.

Der verdrehte „Resteburger“

1 Vollkornbrötchen oder 2 Scheiben Vollkorntoast, Gurke, Möhren, Sellerie, Frischkäse, Tomaten, Ananas oder Pfirsiche (frisch, oder aus der Dose), Salatblätter, Mozzarella, wenig Ketchup oder Balsamico, ein paar Tropfen Olivenöl

Backofen vorheizen bei 180 Grad Oberhitze.

Brötchen aufschneiden, mit Frischkäse bestreichen, mit Salat belegen und die untere Hälfte beiseite stellen.

Tomate in dünne Scheiben schneiden

Gurken, Möhren oder anderes Gemüse ganz fein würfeln und mit wenig Olivenöl, Ketchup oder Balsamico vermischen.

Mozzarella, Ananas oder Pfirsiche in dünne Scheiben schneiden.

Die obere Hälfte vom Brötchen mit den geschnittenen Gemüswürfeln belegen.

Darauf legen wir die Obstscheiben. Dann bedecken wir die Obstscheiben mit dem Mozzarella.

Nun kurz in den Ofen schieben bei 180 Grad Oberhitze

Aus dem Ofen nehmen und mit der unteren Hälfte vom Brötchen abdecken.

Brötchen umdrehen und genießen.

Gerne dürfen Brötchen und/oder Toast vom Vortag übrig geblieben sein.

So einen Burger kann man mit allen machen, was übrig geblieben ist, oder was man im Kühlschrank findet.

Immer wieder ist dieser Snack eine Überraschung und kann trotz der Verwertung von Resten sehr lecker sein.