



20 g Weißkohl
10 g Karotten
5 g Zwiebeln
15 g Mayonnaise
Pfeffer & Salz

GEFLÜGEL-RIB Sandwich

– mit Bacon und Avocado –

1 Bedford Geflügel-Rib

4 dünne Scheiben Tomate

1 Baguettebrötchen

30 g Avocado

50 g Coleslaw

½ TL Zitronensaft

1 Scheibe Bacon

5 g Rucola

1/ Wer den Coleslaw selbst anrichten möchte – den Kohl in sehr feine Streifen schneiden, die Karotte fein raspeln und Zwiebeln fein hacken, alles mit der Mayonnaise verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen, fertig. Wer nicht ganz so viel Zeit hat, kann auch stattdessen einen fertigen Coleslaw oder einen Farmersalat verwenden.

2/ Geflügel-Rib von Bedford nach Packungsanleitung zubereiten. Wir empfehlen, den Rib noch mit einer Scheibe Bacon zu veredeln. Einfach in den letzten 3 Minuten im Backofen zu dem Rib dazulegen, bis sie schön kross gebacken ist.

3/ Das Baguettebrötchen horizontal durchschneiden, Avocado mit einer Gabel zerdrücken und mit Zitronensaft beträufeln (Alternative: fertige Guacamole aus dem Glas). Zerdrückte Avocado, Tomaten, Rucola, Geflügel-Rib, Bacon und Coleslaw auf die untere Brötchenhälfte schichten und mit der oberen Brötchenhälfte abdecken. Fertig ist der Genuss, bei dem selbst der anspruchsvollste Genießer dahinschmilzt.

GUTEN APPETIT!