

Bocadillo à la marocaine



Vegan, Laktosefrei

Zubereitung

Zutaten Bocadillo à la marocaine

- 4 Steinofen-Zwirbelino Rustico Brote(oder ähnlich)
- 2-3 Fleischtomaten
- 1 Gurke
- 1 grosse Aubergine
- 1 Knoblauchzehe
- 80 g Lattichsalat
- 120 g grüne Oliven, entsteint
- 1-2 rote Zwiebeln
- Etwas Zitronensaft
- Zucker
- Salz

Zutaten Tahini-Joghurt-Dip

- 250g Sojajoghurt
- 1/2 Zitrone, Saft
- 1 KL Olivenöl
- Etwas Zaatar-Gewürz
- 30g Tahini
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer

Zubereitung Bocadillo à la marocaine

Die Aubergine in Scheiben schneiden und in einer Grill oder Bratpfanne mit etwas Olivenöl und der Knoblauchzehe grillieren. Zum Schluss erst salzen. Die Tomaten und die Gurke in Scheiben schneiden. Den Lattichsalat gut waschen in klein schneiden. Die rote Zwiebel(n) schälen und in Streifen schneiden. Die Zwiebeln mit etwas Zitronensaft, Salz und Zucker mischen und für 30 Minuten einlegen. Das Brot halben und in der Pfanne anrösten. Das Sandwich mit der Saucebestreichen und allen Zutaten belegen.

Zubereitung Tahini-Joghurt-Dip

Den Knoblauch im Olivenöl anbraten und auskühlen lassen. Das Joghurt mit dem Zitronensaft, Zaatar und der Tahini-Paste mischen und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Den ausgekühlten Knoblauch auspressen und zum Joghurt geben.