



Ölz Sandwich Toast

mit Feta und Mangold



Zutaten

4 Scheiben Ölz Sandwich Toast
1 mittleres Ei
3 EL Schlagobers

Für die Fülle:

50 g Zwiebeln
125 g Mangold
1 Knoblauchzehe
40 g Schafkäse (Feta)
Salz, Pfeffer, Muska, Öl zum Backen

Zubereitungszeit

20 min

1. Für die Fülle Zwiebeln schälen und klein schneiden.
2. Mangold putzen und grob schneiden.
3. Zwiebeln und zerdrückten Knoblauch in 2 EL Öl anschwitzen, Mangold zugeben, zugedeckt zusammenfallen lassen und in einem Sieb abtropfen lassen.
4. Käse grob raspeln. Mangold mit dem Käse verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
5. Fülle auf 2 Ölz Sandwich Toast Scheiben verteilen, mit je 1 Toastscheibe bedecken und behutsam zusammendrücken.
6. Ei mit Obers verquirlen, salzen und pfeffern.
7. 3 Finger hoch Öl erhitzen, Toasts in der Eimischung wenden und im Öl beidseitig backen.
8. Herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen, vierteln und servieren. Dazu passt Blattsalat.