



# Ölz Italian Soft Sandwich "Tramezzini" mit pürierten Erbsen & Avocado

Sommerliches Tramezzini Rezept für 4-6 Portionen



## Zutaten

2 Scheiben Ölz Italian Soft Sandwich  
1 Packung TK Erbsen  
1 Avocado  
1 Zitrone  
2 rote Spitzpaprika  
Frische Minze  
Salz  
Pfeffer  
Wasser  
Eingelegter Ingwer

## Zubereitungszeit

15 min

### 1. Erbsen auftauen:

Zwei Tassen TK-Erbsen mit einem Schuss Wasser in einer Pfanne bei mittlerer Hitze kurz erwärmen, bis sie aufgetaut sind.

### 2. Erbsen-Avocado-Creme zubereiten:

In einen Multi-Zerkleinerer geben: Die aufgetauten Erbsen, Avocado, Schale & Saft einer halben Zitrone, 1 kleiner Bund Minze, 1 TL eingelegter Ingwer, Eine Prise Salz & Pfeffer. Alles zu einer cremigen Masse pürieren.

### 3. Tramezzini schichten:

Eine Scheibe Ölz Italian Soft Sandwich großzügig mit der Erbsen-Avocado-Creme bestreichen. Geschnittene rote Spitzpaprika darauflegen. Eine zweite Sandwich-Scheibe daraufsetzen und ebenfalls mit der Creme & Spitzpaprika belegen. Mit einer dritten Sandwich-Scheibe abschließen.

### 4. Verpacken & Kühlen:

Die Tramezzini halbieren und in Ölz Bienenwachs-Papier einpacken.

### 5. Servieren & Genießen:

Der frische, gesunde Schwimmbad-Snack ist fertig - perfekt für unterwegs!