

**ZUTATEN** 2 PORTIONEN 15 MIN EINFACH

1 Packung Garden Gourmet  
vegane Frikadellen

2 längliche Brötchen (z.B. Ciabatta)

1 EL Öl

150 g frisches (ungekochtes)  
Sauerkraut

2 Tomaten

1 EL vegane Mayonnaise

4 Blätter Romanasalat

1 kleiner Strauch Brunnenkresse

Pfeffer

Ein Rezept muss schmecken: is' klar. Wenn's dann auch noch leicht nachzumachen und super praktisch zum Mitnehmen ist... Jackpot! Und genau die drei Punkte erfüllt unser veganes Frikadellen-Brötchen mit Sauerkraut. Also los, schnell probieren!

**EMPFOHLENE ZUBEREITUNG****1. Vorbereitung Ciabatta und Sauerkraut**

Das Ciabatta der Länge nach halbieren und kurz in einer heißen Pfanne anrösten. Das Sauerkraut abtropfen lassen und die Feuchtigkeit etwas ausdrücken. Die Tomaten in Scheiben schneiden.

**2. Vorbereitung Frikadellen**

Die Garden Gourmet veganen Frikadellen nach Packungsanweisung goldbraun anbraten.

**3. Sandwich zusammenstellen und genießen!**

Die Brötchen mit Mayonnaise bestreichen, Salatblätter obendrauf legen und alles mit reichlich Sauerkraut belegen. Darauf die Tomatenscheiben verteilen und mit einer veganen Frikadelle toppen. Das Ganze mit Kresse garnieren und die Oberseite des Brötchens aufsetzen.

**ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF  
GARDENGOURMET.DE**