

## Schoggi-Bananen Weggli

🕒 5 Min. + 5 Min. grillieren  
🥬 vegetarisch  
Ergibt 2 Stück

2 Weggli  
1 Banane  
50g Nusschokolade  
20g Caramel-Würfeli  
(z. B. Betty Bossi)

1. Weggli halbieren, Banane in Scheiben schneiden, Schokolade grob hacken. Alle Zutaten auf zwei Wegglihälften verteilen, restliche Hälften darauflegen.

2. **Sandwich-Grill:** ca. 5 Min. grillieren.

**Stück:** 450 kcal, F 15g, Kh 67g, E 11g

## Petits pains choco-banane

🕒 5 min + 5 min au grill  
🥬 végétarien  
Pour 2 pièces

2 petits pains au lait  
1 banane  
50g de chocolat aux noisettes  
20g de mini-cubes de caramel  
(p. ex. Betty Bossi)

1. Couper les petits pains en deux, puis la banane en rondelles, hacher grossièrement le chocolat. Répartir tous les ingrédients sur les deux fonds, poser les couvercles.

2. **Fer à sandwichs:** faire griller env. 5 minutes.

**Pièce:** 450 kcal, lip 15g, glu 67g, pro 11g



## Pancakes

🕒 5 Min. + 5 Min. backen  
🥬 vegetarisch  
Ergibt 2 Stück

15g Butter  
90g Mehl  
1TL Backpulver  
1EL Zucker  
1Prise Salz  
1dl Milch  
1 Ei

2 EL Ahornsirup  
1TL Puderzucker

1. Butter in einer Pfanne schmelzen. Mehl, Backpulver, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Milch, Butter und Ei verrühren, zum Mehl giessen, rühren, bis der Teig glatt ist.

2. **Sandwich-Grill:** Die Hälfte des Teigs in den Sandwich-Grill geben, Deckel schliessen, ca. 2½ Min. backen. Ganzes Gerät wenden, Deckel öffnen, Pancake vom oberen Grill mit einem Gummischaaber lösen, Deckel wieder schliessen, ca. 2½ Min. fertig backen. Pancake herausnehmen, mit Ahornsirup beträufeln, mit Puderzucker bestäuben. Zweiten Pancake gleich zubereiten.

**Stück:** 779 kcal, F 12g, Kh 164g, E 10g

## Pancakes

🕒 5 min + 5 min de cuisson  
🥬 végétarien  
Pour 2 pièces

15g de beurre  
90g de farine  
1c.c. de poudre à lever  
1c.s. de sucre  
1 pincée de sel  
1dl de lait  
1 œuf

2 c.s. de sirop d'érable  
1 c.c. de sucre glace

1. Faire fondre le beurre dans une casserole. Mélanger dans un grand bol farine, poudre à lever, sucre et sel. Mélanger lait, beurre et œuf, ajouter à la farine, travailler en une pâte lisse.

2. **Fer à sandwichs:** verser la moitié de la pâte dans le fer à sandwichs, fermer le couvercle, laisser cuire env. 2½ minutes. Retourner l'appareil entier, ouvrir le couvercle, décoller le pancake de la plaque supérieure à l'aide d'une spatule en caoutchouc, refermer le couvercle, poursuivre la cuisson env. 2½ minutes. Retirer le pancake, arroser d'un filet de sirop d'érable, poudrer de sucre glace. Procéder de même avec le second pancake.

**Pièce:** 779 kcal, lip 12g, glu 164g, pro 10g

## Pastrami-Sandwich

🕒 5 Min. + 5 Min. grillieren  
Ergibt 2 Stück

2 Rustikale Brötchen  
(je ca. 90g)  
4 EL Frischkäse mit Meerrettich  
4 TL grobkörniger Senf  
100g Pastrami in Tranchen  
10g Rucola

1. Brötchen halbieren, alle Brötchenhälften mit Frischkäse und Senf bestreichen. Pastrami und Rucola auf zwei Hälften verteilen, restliche Hälften darauflegen.

2. **Sandwich-Grill:** ca. 5 Min. grillieren.

**Tipp:** Statt Pastrami Hinterschinken verwenden

**Stück:** 524 kcal, F 19g, Kh 58g, E 27g

## Sandwich au pastrami

🕒 5 min + 5 min au grill  
Pour 2 pièces

2 petits pains rustiques  
(d'env. 90g)  
4 c.s. de fromage frais au raifort  
4 c.c. de moutarde à l'ancienne  
100g de pastrami en tranches  
10g de roquette

1. Couper les petits pains en deux, tartiner les fonds et les couvercles de fromage frais et de moutarde. Répartir le pastrami et la roquette sur les deux fonds, poser les couvercles.

2. **Fer à sandwichs:** faire griller env. 5 minutes.

**Suggestion:** remplacer le pastrami par du jambon arrière.

**Pièce:** 524 kcal, lip 19g, glu 58g, pro 27g

## Anwendung

**An den Strom anschliessen**  
Schliessen Sie den Deckel des Sandwich-Grills «Mega» und stellen Sie das Gerät auf eine hitzebeständige und ebene Fläche. Stecken Sie den Netzstecker in eine geeignete Steckdose. Die rote und die grüne Lampe auf dem Deckel leuchten auf. Lassen Sie den Sandwich-Grill «Mega» für ca. 3 Minuten aufheizen, bis die grüne Lampe erlischt.

**Vorbereiten**  
Sandwiches/Pancakes gemäss Angaben im Rezept vorbereiten und in den Sandwich-Grill «Mega» legen. Den Deckel mittels Clip verschliessen, bis Sie ein Klick-Geräusch hören. Sandwich/Pancake gemäss Rezeptangaben grillieren/backen.

**Für ausführliche Informationen beachten Sie bitte die beigelegte Gebrauchsanweisung.**

Sandwich-Grill Mega (Art.-Nr. 25588). Nicht spülmaschinengeeignet. Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

## Mode d'emploi

**Brancher l'appareil**  
Fermez le couvercle du fer à sandwichs chauds «Mega» et placez l'appareil sur une surface plane et résistante à la chaleur. Branchez l'appareil dans une prise de courant appropriée. Les voyants rouge et vert s'allument sur le couvercle. Laissez l'appareil préchauffer env. 3 min jusqu'à ce que le voyant vert s'éteigne.

**Préparation**  
Préparez les sandwichs/pancakes selon les indications de la recette et placez-les dans le fer à sandwichs chauds «Mega». Fermez le couvercle avec le clip jusqu'à ce que vous entendiez un dé clic. Faites griller/cuire les sandwichs/pancakes selon les indications de la recette.

**Veillez consulter le mode d'emploi livré avec l'appareil pour des informations détaillées sur son utilisation.**

Fer à sandwichs chauds Mega (n° d'art. 25588). Lave-vaisselle interdit. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récurer, ni ouate d'acier.

Betty Bossi

# Mega-Sandwiches

## Mégasandwichs



Betty Bossi, Division der Coop Genossenschaft, Baslerstrasse 52, Postfach, CH-8021 Zürich/Schweiz

Titelbild: Pastrami Sandwich / Photo en couverture: Sandwich au pastrami

## Poulet-Curry-Sandwich

🕒 15 Min. + 5 Min. grillieren

Ergibt 2 Stück

1 EL Olivenöl  
300 g Poulet-Innenfilets  
1 TL milder Curry  
¼ TL Salz  
wenig Pfeffer

2 Brötchen  
(z. B. Pagnol, je ca. 100 g)  
150 g Rüebl  
4 EL saurer Halbrahm  
1 TL milder Curry  
1 EL Rosinen  
¼ TL Salz  
wenig Pfeffer

1. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Poulet rundum ca. 5 Min. braten, herausnehmen, würzen, zugedeckt beiseite stellen.

2. Brötchen halbieren. Rüebl grob reiben, mit saurem Halbrahm, Currypulver und Rosinen mischen, würzen. Aufstrich auf zwei Brötchenhälften verteilen, Pouletfilets darauflegen, restliche Brötchenhälften darauflegen.

3. **Sandwich-Grill:** ca. 5 Min. grillieren.

**Stück:** 573 kcal, F 14 g, Kh 60 g, E 49 g

## Sandwich poulet-curry

🕒 15 min + 5 min au grill

Pour 2 pièces

1 c. s. d'huile d'olive  
300 g d'aiguillettes de poulet  
1 c. c. de curry doux  
¼ de c. c. de sel  
un peu de poivre

2 petits pains  
(p. ex. Pagnol, d'env. 100 g)  
150 g de carottes  
4 c. s. de demi-crème acidulée  
1 c. c. de curry doux  
1 c. s. de raisins secs  
¼ de c. c. de sel  
un peu de poivre

1. Bien faire chauffer l'huile dans une poêle. Saisir les aiguillettes de poulet sur toutes les faces env. 5 min, retirer, assaisonner, réserver à couvert.

2. Couper les petits pains en deux. Râper grossièrement les carottes, mélanger avec demi-crème acidulée, curry et raisins secs, saler, poivrer. Répartir sur les deux fonds, déposer les aiguillettes de poulet dessus, poser les couvercles.

3. **Fer à sandwichs:** faire griller env. 5 minutes.

**Pièce:** 573 kcal, lip 14 g, glu 60 g, pro 49 g



## Caprese-Ciabatta

🕒 5 Min. + 5 Min. grillieren

🥬 végétarisch

Ergibt 2 Stück

4 Scheiben Toastbrot  
1 EL Olivenöl  
125 g Mozzarella di Bufala  
1 Tomate  
einige Basilikumblätter  
2 Prisen Salz  
wenig Pfeffer

1. Toasts mit Öl bestreichen. Mozzarella und Tomate in Scheiben schneiden, mit Basilikumblättern auf zwei Toasts verteilen, würzen, restliche Scheiben darauflegen.

2. **Sandwich-Grill:** ca. 5 Min. grillieren.

**Stück:** 391 kcal, F 26 g, Kh 26 g, E 13 g

## Ciabatta caprese

🕒 5 min + 5 min au grill

🥬 végétarien

Pour 2 pièces

4 tranches de pain de mie  
1 c. s. d'huile d'olive  
125 g de mozzarella di bufala  
1 tomate  
quelques feuilles de basilic  
2 pincées de sel  
un peu de poivre

1. Enduire les tranches de pain d'huile. Couper la mozzarella et la tomate en tranches, répartir sur deux tranches de pain avec le basilic, saler, poivrer, couvrir avec les autres tranches.

2. **Fer à sandwichs:** faire griller env. 5 minutes.

**Pièce:** 391 kcal, lip 26 g, glu 26 g, pro 13 g

## Brie-Speck-Sandwich

🕒 10 Min. + 5 Min. grillieren

Ergibt 2 Stück

½ rote Zwiebel  
4 Specktranchen

80 g Weichkäse (z. B. Brie)  
½ kleine Birne  
1 Zweiglein Rosmarin  
4 Scheiben Vollkorn-Toastbrot

1. Zwiebel schälen, in Ringe schneiden. Speck in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett knusprig braten, herausnehmen. Hitze reduzieren, Zwiebel in derselben Pfanne ca. 5 Min. dämpfen.

2. Käse und Birne in Scheiben schneiden, Rosmarin zerzupfen. Käse, Birne, Speck und Zwiebeln auf zwei Toastbrotsscheiben verteilen, Rosmarin darüberstreuen, restliche Scheiben darauflegen.

3. **Sandwich-Grill:** ca. 5 Min. grillieren.

**Tipp:** Statt Birne Apfel verwenden.

**Stück:** 337 kcal, F 19 g, Kh 24 g, E 16 g

## Sandwich brie-lard

🕒 10 min + 5 min au grill

Pour 2 pièces

½ oignon rouge  
4 tranches de lard

80 g de fromage à pâte molle (p. ex. brie)  
½ petite poire  
1 brin de romarin  
4 tranches de pain de mie complet

1. Peler l'oignon, le couper en rouelles. Faire croustiller le lard à sec dans une poêle antiadhésive, retirer. Baisser le feu, faire revenir l'oignon env. 5 min dans la même poêle.

2. Couper le fromage et la poire en tranches, effeuiller le romarin. Répartir fromage, poire, lard et oignon sur deux tranches de pain, parsemer de romarin, couvrir avec les autres tranches.

3. **Fer à sandwichs:** faire griller env. 5 minutes.

**Suggestion:** remplacer la poire par de la pomme.

**Pièce:** 337 kcal, lip 19 g, glu 24 g, pro 16 g



## Tex-Mex-Wrap

🕒 15 Min. + 5 Min. grillieren

🥬 végétarisch

Ergibt 4 Stück

1 reife Avocado  
½ EL Limettensaft  
50 g Saurer Halbrahm  
½ TL Kreuzkümmelpulver  
¼ TL Salz

1 rote Peperoni  
80 g Cheddar-Käse  
1 roter Peperoncino  
4 Weizentortillas  
(je ca. 20 cm Ø)

1. Avocado halbieren, Fruchtfleisch in eine Schüssel geben, mit einer Gabel zerdrücken. Limettensaft, sauren Halbrahm und Kreuzkümmel darunterühren, salzen.

2. Peperoni in Würfeli schneiden, Käse grob reiben. Peperoncino entkernen, in Ringe schneiden. Guacamole auf die vier Tortillas verteilen, mit Peperoni, Käse und Peperoncino belegen, seitliche Ränder einschlagen, einrollen.

3. **Sandwich-Grill:** Zwei Tortillas in den Sandwich-Grill geben, ca. 5 Min. grillieren. Restliche Tortillas gleich zubereiten.

**Stück:** 301 kcal, F 17 g, Kh 25 g, E 10 g

## Wrap tex-mex

🕒 15 min + 5 min au grill

🥬 végétarien

Pour 4 pièces

1 avocat mûr  
½ c. s. de jus de citron vert  
50 g de demi-crème acidulée  
½ c. c. de cumin en poudre  
¼ de c. c. de sel

1 poivron rouge  
80 g de cheddar  
1 piment mi-fort rouge  
4 tortillas de blé  
(Ø env. 20 cm)

1. Couper l'avocat en deux, prélever la chair dans un bol, l'écraser avec une fourchette. Incorporer jus de citron vert, demi-crème acidulée et cumin, saler.

2. Couper le poivron en petits dés, râper grossièrement le cheddar. Épépiner le piment, le couper en rouelles. Répartir le guacamole sur les quatre tortillas, garnir de poivron, cheddar et piment, rabattre les côtés, enrouler.

3. **Fer à sandwichs:** placer deux tortillas dans le fer à sandwichs, faire griller env. 5 minutes. Procéder de même avec les autres tortillas.

**Pièce:** 301 kcal, lip 17 g, glu 25 g, pro 10 g