

# Sandwich mit Rosmarin-Gemüse, Hummus und Chimichurri

## Für 4 Personen

### Für die Chimichurri-Sauce:

1 Bund Petersilie	1 kleine, getr. Chilischote	1 Bio-Limette
8 EL Olivenöl	1 TL grobes Meersalz	1 TL getr. Thymian
1 Tl Oregano	1 Lorbeerblatt	1 kleine Zwiebel (Schalotte)
1 Knoblauchzehe	2 türk. grüne Paprikaschoten	

### Für den Belag:

1 Zucchini (ca. 300 g)	2 Paprikaschoten	4 Zweige Rosmarin
1 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

### Für den Hummus:

240 g Kichererbsen (Dose)	1 kleine Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone
2 EL Olivenöl	1 EL Sesammus (Tahin)	Salz
Pfeffer		

### Außerdem:

8 Scheiben Vollkornbrot	ca. 2 Handvoll junger Spinat
-------------------------	------------------------------

#### Für die Chimichurri-Sauce:

Petersilie und Chilischote grob hacken. Limette heiß waschen, trocken reiben und die Schale abreiben. Zitrone auspressen. Limettensaft, Öl, Meersalz und getrocknete Kräuter mit Lorbeer grob pürieren oder mörsern.

Zwiebel, Knoblauch und Paprika schälen, bzw. putzen und in feine Würfel schneiden. Kurz stückig unter die Paste mixen.

Für den Sandwich Belag Backofen auf 220 Grad vorheizen (Umluft: 200 Grad/Gasherd: Stufe 3–4). Zucchini putzen, waschen und schräg in ca.  $\frac{1}{2}$  cm dicke Scheiben schneiden. Paprika putzen, waschen und in ca. 4 cm breite Streifen schneiden. Rosmarin abzupfen und fein hacken.

Öl, Rosmarin, Salz und das Gemüse in einer Schüssel gründlich mischen. Ein Backblech mit Backpapier belegen und das Gemüse (Paprika mit der Hautseite nach oben) samt der Marinade darauf verteilen. 10–12 Min im Backofen (Mitte) garen, bis die Haut der Paprika leicht gebräunt ist. Danach auf Küchenpapier entfetten.

#### Für den Hummus:

Kichererbsen abspülen und abtropfen lassen. Knoblauch schälen. Zitrone auspressen. Zitronensaft, Kichererbsen, Knoblauch, Olivenöl und Sesammus fein pürieren. Falls die Masse zu fest ist, esslöffelweise Wasser untermischen, bis sie cremig und glatt ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spinat verlesen, abrausen, trocken schleudern. Brotscheiben mit je 1 EL Hummus bestreichen. 4 Scheiben mit Gemüse und einige Salat- oder Spinatblätter legen, je ca. 1 EL Chimichurri überträufeln. Alle Brotscheiben zu Sandwiches zusammensetzen, schräg halbieren und zum Beispiel Cocktailspieße in die Hälften spießen. Den restlichen Dip am Tisch servieren.

Tipp: Übriggebliebene Chimichurri-Sauce hält sich – gut mit Öl bedeckt – mehrere Monate im Kühlschrank.

Nicole Just am 06. Juni 2016