



# Ölz Vollkorn Soft Sandwich mit Cottage Cheese & heißer Birne

Cremig-fruchtiges Sandwich Rezept für 2 Portionen



## Zutaten

4 Scheiben Ölz Vollkorn Soft Sandwich  
200 g Cottage Cheese  
300 g Blattspinat tiefgefroren  
1 EL Frischkäse  
1 Rote Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
20 g Walnüsse  
30 g Getrocknete Aprikosen  
1 Birne  
Frische Kresse  
Salz

## Zubereitungszeit

40 min

### 1. Spinat-Walnuss-Füllung zubereiten:

Zwiebel & Knoblauch fein schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Walnüsse zerkleinern & in die Pfanne geben.

### 2. Spinat und Aprikosen hinzufügen:

Blattspinat in die Pfanne geben & warten, bis er vollständig aufgetaut ist. Getrocknete Aprikosen in kleine Stücke schneiden & zum Spinat hinzufügen.

### 3. Füllung cremig machen:

1 EL Frischkäse unterrühren, damit die Füllung schön cremig wird. Mit Salz abschmecken.

### 4. Birne vorbereiten:

Birne waschen & der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne ohne Öl auf mittlerer Hitze anbraten, bis sie weich ist.

### 5. Sandwich zusammenstellen:

Zwei Vollkorn Soft Sandwich Scheiben mit Cottage Cheese bestreichen. Spinat-Walnuss-Füllung auf einer Scheibe verteilen. Die warme Birne darauflegen. Mit frischer Kresse toppen & die zweite Scheibe darauflegen.

### 6. Servieren & Genießen:

Ein cremig-fruchtiges Herbst-Sandwich – würzig, süß & einfach köstlich!