

# VEGETÁRIÁNUS ZÖLDSÉGGOLYÓS SZENDVICS

## ÖSSZETEVŐK

1 csomag Garden Gourmet  
Zöldséggolyók

1 konzerv (400g) darabolt  
paradicsom

1 db vöröshagyma

1 gerezd fokhagyma

2 db friss hot dog kifli

1 ek olívaolaj

rukkola ízlés szerint

## CULINARY TIP

### Feltöltés:

Reszelt sajttal is finom

🍴 2 ADAG

🕒 35 PERC

👤 KÖNNYŰ

Kipróbálnál egy izgalmas, mégis gyors vegetáriánus ételt? Akkor készítsd el ezt a szendvicsreceptet, ami a Garden Gourmet Zöldséggolyókkal lesz az igazi!

## ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

### 1. Készítsük el a mártást!

Hámozzuk meg, aprítsuk fel, és kevés olívaolajon pirítsuk meg a hagymát és a fokhagymát, amíg áttetszővé nem válik. Adjuk hozzá a darabolt paradicsomot. Forraljuk fel a mártást, és hagyjuk párolódni körülbelül 15 percig.

### 2. Jöjjenek a Zöldséggolyók!

Készítsük el a Vegetáriánus Zöldséggolyókat a csomagoláson található utasítás szerint, majd tegyük bele őket a mártásba.

### 3. Készítsük elő a kiflit!

Vágjuk fel a kifliket hosszában, és forró serpenyőben pirítsuk meg a belső oldalukat.

### 4. Tálalás, majd kóstolás!

Kanalazzuk a gombócokat a mártással együtt a kiflire, és díszítsük az ételt egy maréknyi rukkolával.

**TOVÁBBI RECEPTÉRT LÁTOGASS EL A  
WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK  
OLDALRA!**