



Club Toast

8 Scheiben Toastbrot
200 g Tilsiter oder Mutschli
2 hart gekochte Eier
1 reife Avocado
1 Teel. Zitronensaft
1 roter Cikorino
1/2 Eisbergsalat
8 Tranchen Lachs
2 gr Butter

Käse entrinden. Eier schälen. Avocado halbieren, den Stein entfernen und die Schale ablösen. Alle Zutaten in dünne Scheiben schneiden. Avocado sofort mit Zitronensaft beträufeln. - Salatblätter auslösen, waschen, mit einem Küchentuch trockentupfen. Leicht salzen. Salatblätter und Lachsscheiben je nach Größe halbieren.

- Vor dem Servieren die Brotscheiben toasten, auf der einen Seite mit Butter bestreichen. 4 Scheiben auf der Arbeitsfläche mit der Butterseite nach oben auslegen und mit Cikorino, Eisbergsalat, Käse-, Ei-, Avocado- und Lachsscheiben belegen, je mit einer zweiten Toastbrotscheibe decken. - Zum Schluss die Toasts diagonal halbieren und eventuell mit Holzspieß fixieren.

P.S.

- Etwas weniger "kalorienlastig" wird der Toast:

Käse und Lachs durch ein gut gewürztes Truthahnschnitzel, ersetzen, das beidseitig je 4 Min. in wenig Butter in der Teflonpfanne gebraten wurde. Anstelle der Avocado jeden Toast mit 2 schönen, leicht gesalzenen Tomatenscheiben belegen.

- Essen von Hand:

Zum Essen von Hand ist Toastbrot etwas zu wenig "widerstandsfähig". Da ist ein längs halbiertes Stück von einem Baguette, ein langes Semmeli oder ein Sandwichbrötli doch viel handlicher!

- Salat: Je nach "Gluscht" durch andere Arten ersetzen.