

Rezept: Volle Pulle Stulle

Brennwerte 2271 kJ | 544 kcal
Eiweiß 27,1 g
Kohlenhydrate 36,3 g
Fett 30,4 g

Vorbereitung 15 Minuten
Ruhe-, Gar- & Backzeit 10 Minuten
Gesamtzeit 25 Minuten



Rezept: Volle Pulle Stulle

4 PORTIONEN  simpel

1 kleine Aubergine
1 kleine Zucchini
Salz
Pfeffer
12 halbgetrocknete Tomaten
8 Scheiben Vollkornbrot
80 g Deli Reform Die Leichte
8 kleine Scheiben würziger
Schnittkäse (z.B. Havarti,
Bergkäse, Ziegenkäse)

1 ZUBEREITUNG BELAG, GEMÜSE RÖSTEN

Aubergine und Zucchini waschen, putzen und in ca. 0,5 cm breite Scheiben schneiden.

Gemüsescheiben in einer Grillpfanne bei hoher Hitze 3–5 Minuten je Seite fettfrei rösten, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz abkühlen lassen.

2 BROT BELEGEN

Tomaten grob hacken. Vollkornbrot mit Deli Reform Die Leichte bestreichen und 4 der Brotscheiben mit Käse, gegrilltem Gemüse und Tomaten belegen.

3 BROT VOLLENDEN UND VERFEINERN

Je 1 übrige Brotscheibe mit der bestrichenen Seite nach unten auflegen und Volle Pulle Stulle sofort servieren oder To Go einpacken.

4 TIPP

Für eine deftigere Variante Volle Pulle Stulle zusätzlich mit je 1 Scheibe Parmaschinken und einigen Basilikumblättchen ergänzen.

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
<https://www.deli-reform.de/rezepte>