

## Gebügeltes Sandwich

### Zutaten (für eine Portion)

Bügelbrett  
Bügeleisen  
2 Scheiben Toastbrot  
Belag nach Wahl (z.B. Kochschinken und Gouda)  
Olivenöl oder Butter  
Alufolie

### Zubereitung

Die Toastscheiben von außen mit Olivenöl oder Butter bestreichen, dann wird es schön knusprig. Nach Wunsch belegen (z.B. Schinken und Käse) und als Sandwich in Alufolie einwickeln. Achten Sie darauf, dass sich die Alufolie dabei nicht unnötig überlappt. Dazu die Alufolie einmal um das Sandwich schlagen und dann an den Seiten einrollen. Auf höchster Stufe von beiden Seiten etwa 1-2 Minuten bügeln, und fertig ist die leckere Zwischenmahlzeit!