



Zwiebelwurst im Brötchen

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Öl	2 EL
Gewürzgurken	4 St.
Rostbratwürste	4 St.
Brötchen	4 St.
Senf	4 TL
Ketchup	4 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Pfanne

1. Zwiebel halbieren, schälen und in dünne Ringe schneiden. In einer Pfanne auf mittlerer Stufe 2 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln ca. 8–10 Min. weich schmoren.

2. Inzwischen Gewürzgurken abtropfen lassen und in Scheiben schneiden. Würste auf dem Grillrost ca. 15–20 Min. rundherum grillen. Brötchen längs aufschneiden, aber nicht durchschneiden. Brötchen mit Senf und Ketchup bestreichen. Jeweils eine Wurst in die Brötchen geben und nach Belieben mit Zwiebeln und Gurken garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Natürlich kannst du die Würstchen auch in einer Pfanne zubereiten. Dazu 1 EL Öl in einer Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und die Würste von jeder Seite ca. 3–4 Min. braten.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	562 kcal
Kohlenhydrate	52 g
Eiweiß	26 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	28 g