



**Kochdauer:**

**Schwierigkeit:**

---

**Zutaten für 4 Portionen:**

2 Stk. Vollkornweckerl  
200 g Schinken  
150 g Hartkäse  
100 g Champignons  
2 Stk. Paradeiser  
frische Kräuter  
Oregano

---

**Mein persönlicher Tipp**

Für einen besonderen Geschmack können die 150g Käse auch auf verschiedene Käsesorten aufgeteilt werden.:

**Gerlinde Neu**

Seminarbäuerin im Bezirk Steyr

---

**Quellen:**

- Monika Lindbichler  
(Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich): *Kursunterlage  
Junge Küche für piffige Leute*

## Gefülltes, heißes Vollkornweckerl

### Zubereitung

- Schinken und Käse in Würfel schneiden; die Tomaten und Schwammerl in Stücke schneiden.
- Die Vollkornweckerl halbieren und das Innere mit einem Löffel herausnehmen und in kleine Stücke schneiden.
- Die Zutaten vermengen und in die ausgehöhlten Brothälften füllen und auf ein Backblech setzen.
- Im Rohr bei 180 °C ca. 5 bis 8 Minuten backen.