



Bauernbrot mit Frischkäse und Tomaten-Rucola-Topping



Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--------------------|------------|
| Cherrytomaten | 150 g |
| Rucola | 50 g |
| Frischkäse, körnig | 150 g |
| Bauernmildes Brot | 8 Scheiben |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |

Zubereitung



Küchenutensilien

Salatschleuder

1. Tomaten waschen und halbieren. Rucola waschen und trocken schleudern.
2. Frischkäse auf Bauernbrot verteilen und mit Tomaten und Rucola belegen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 362 kcal |
| Kohlenhydrate | 66 g |
| Eiweiß | 14 g |
| Ballaststoffe | 4 g |
| Fette | 3 g |