

Belegte Brote mit Krustenbraten

Zeit gesamt

15min



Zubereitungszeit 15min





Zutaten

für 4 Portionen

Gewürzgurken	2 St.
Senf	2 TL
Mayonnaise	2 EL
Schmand	100 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemah	len
Zwiebeln, rot	1 St.
Schnittlauch, frisch	20 g
Sonnenblumenkernbrot	4 Scheiben
Krustenschinken Aufschnitt	8 Scheiben

Zubereitung



- 1. Gewürzgurken fein würfeln und in einer Schüssel mit Senf, Mayonnaise und Schmand verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und ebenfalls fein hacken. In einer Schüssel mit Zwiebel vermengen.
- 3. Brotscheiben jeweils mit etwas Senfcreme bestreichen, mit Krustenschinken belegen und mit Zwiebel-Mix bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	316 kcal
Kohlenhydrate	28 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	19 g