



Feigen-Schinken-Quadrate

 Dauer
15 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Basilikum, frisch	25 g
Feigen	4 St.
Frischkäse, natur	120 g
Meersalz	
Pfeffer, schwarz	
Honig	1 TL
Parmaschinken	60 g
Vollkorntoast	8 Scheiben

Zubereitung

Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Feigen schälen und fein würfeln. In einer Schüssel mit Frischkäse verrühren. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Honig würzen.

Parmaschinken fein hacken. Toastbrotstreifen im Toaster rösten, jeweils in Quadrate schneiden und mit der Feigencreme bestreichen. Feigen-Schinken-Quadrate mit Schinkenstreifen bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	122 kcal		
Kohlenhydrate	12 g	Ballaststoffe	1 g
Eiweiß	8 g	Fette	5 g