



Frischkäse-Bagel mit Lachs

Zeit gesamt
10min



Zubereitungszeit
10min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

bunter Blattsalat	0.5 St.
Bagel	4 St.
Frischkäse, natur	80 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Räucherlachs	200 g

Zubereitung

- Vier Salatblätter abtrennen, waschen und trocken schütteln. Bagels halbieren und mit Frischkäse bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen und jeweils mit Salatblatt und Räucherlachs belegt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	339 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	5 g