




Käse-Toast mit Tomaten

 Zeit gesamt
5min

 Zubereitungszeit
5min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

bunter Blattsalat	1 St.
Strauchtomaten	1 St.
Vollkorntoast	8 Scheiben
Butter	4 EL
Gouda Aufschnitt	8 Scheiben

Zubereitung

1. 8 Salatblätter abtrennen, waschen und trocken schütteln. Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Toastbrotsscheiben nach Belieben toasten.
2. Toastbrotsscheiben jeweils mit Butter bestreichen und mit Salatblatt, Gouda und Tomaten belegt und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	438 kcal		
Kohlenhydrate	53 g	Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	14 g	Fette	19 g