



Knäckebrot mit körnigem Frischkäse

Zeit gesamt
10min



Zubereitungszeit
10min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Cherrytomaten	100 g
Basilikum, frisch	5 g
Knäckebrot	8 Scheiben
Frischkäse, körnig	100 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung

- Tomaten waschen und halbieren. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen.
- Knäckebrot mit 1–2 EL körnigem Frischkäse bestreichen. Mit Tomaten und Basilikum belegen, mit Pfeffer würzen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	445 kcal
Kohlenhydrate	71 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	22 g
Fette	6 g