



Knäckebrot mit Kräuterfrischkäse

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Petersilie, frisch	15 g
Frischkäse, natur	100 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Minigurken	1 St.
Knäckebrot	8 Scheiben
Kressebeet	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Petersilie waschen, trocken schütteln und grobe Stiele entfernen. In einem hohen Gefäß Petersilie mit 4 EL Frischkäse fein pürieren. Kräuterfrischkäse mit restlichem Frischkäse vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Gurke waschen und in dünne Scheiben schneiden.
3. Knäckebrot mit Kräuterfrischkäse bestreichen und mit Gurken und Kresse belegen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	451 kcal
Kohlenhydrate	71 g
Eiweiß	15 g
Ballaststoffe	22 g
Fette	7 g