



Lox 'n' Cream Cheese Bagel

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Frühlingszwiebeln	0.5 Bund
Honig	0.5 TL
Kresse	30 g
Frischkäse, natur	125 g
Bagel	4 St.

Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln waschen und leicht schräg in feine Ringe schneiden. Kapern abtropfen lassen und grob hacken. In einer Schüssel Frischkäse, Kapern und Frühlingszwiebeln vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.
2. Bagels aufschneiden und nach Belieben im Toaster leicht aufrösten. Schnittflächen mit der Frischkäsecreme bestreichen. Lachsscheiben auf den Unterseiten verteilen. Kresse abschneiden, darauf verteilen, Bagel-Oberseiten darauf klappen und servieren

Guten Appetit!



Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	297 kcal
Kohlenhydrate	52 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	4 g