



Paprika-Teewurst-Sandwich

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Paprika, rot	1 St.
Salatgurken	0.5 St.
Toastbrot	16 Scheiben
Frischkäse, natur	8 EL
Teewurst	8 EL

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Pfanne

1. Paprika waschen, Strunk und Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden. Gurke waschen, schälen und fein raspeln. Toastbrot in einem Toaster oder einer Pfanne leicht rösten.

2. 8 Scheiben jeweils mit Frischkäse und die übrigen mit Teewurst bestreichen. Mit Gemüse belegen, zusammenklappen und zu Dreiecken halbieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	893 kcal		
Kohlenhydrate	140 g	Ballaststoffe	13 g
Eiweiß	36 g	Fette	21 g