



Sandwich-Spieße

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Paprika, rot	1 St.
Cherrytomaten	150 g
Toastbrot	8 Scheiben
Frischkäse, natur	100 g
Pesto alla Genovese	4 EL
Kochschinken	60 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel

1. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Tomaten waschen und halbieren. Toastbrotsccheiben entrinden. In einer Schüssel Frischkäse mit Pesto verrühren.
2. Toastbrotsccheiben jeweils mit etwas Creme bestreichen. 4 Scheiben mit Schinken belegen, die restlichen Scheiben mit der Creme nach unten daraufsetzen und schräg vierteln.
3. Sandwich-Eckchen abwechselnd mit Tomate und Paprika auf Spieße stecken und Sandwich-Spieße servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	487 kcal
Kohlenhydrate	74 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	11 g