

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
455 kcal

KOHLENHYDRATE
62,9 g

FETT
4,2 g

EIWEISS
39,9 g

BALLASTSTOFFE
10,1 g

Putenbrustbrötchen mit Paprika

Zubereitung (5 Min.)

1. Die Brötchenhälften mit dem Frischkäse bestreichen.
2. Die unteren Brötchenhälften mit den Salatblättern, Paprikascheiben und den Putenbrustscheiben belegen.
3. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und zusammengeklappt servieren.

Zutaten

2 Vollkornbrötchen
60 g Frischkäse 10 % Fett
80 g Putenbrustaufschnitt
4 Paprikascheiben gelb und rot
Salatblätter nach Wahl
Salz
Pfeffer