

Frischkäse-Baguette mit Pfirsich

VEGGIE

BALLAST
STOFFE

ISS BUNT BLEIB GESUND

Rezepte zum schlank werden
und schlank bleiben!

ZUBEREITUNG

1. Den Frischkäse mit dem Limettensaft verrühren.
2. Das Baguette in Scheiben schneiden und mit dem Frischkäse bestreichen.
3. Pfirsiche entkernen und in dünne Spalten schneiden.
4. Die Pfirsiche auf den Baguettescheiben verteilen, mit Blaubeeren und Minze garnieren und servieren.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION

- 80 g körniger Frischkäse
10 % Fett
- 1 EL Limettenfruchtsaft
- 80 g Vollkornbaguette
- 2 Pfirsiche (ca. 200 g)
- 20 g Blaubeeren
- Minze, frisch



350 kcal
Kalorien



56 g
Kohlenhydrate



4 g
Fett



19 g
Eiweiß



10 g
Ballaststoffe

Nährwerte p. P. Verantwortlich für den Inhalt: happyfigur Vertriebs GmbH, Bahnhofstr. 40, 63500 Seligenstadt

figur scout