



Genuss-Rezept

Sandwich Cool Mountain

Zutaten für 4 Personen

350 g	Gutfried Puten-Salami
12	Scheiben Toastbrot
125 g	Frischkäsecreme
1 Kopf	Frisee Salat
50 g	gehackte Haselnüsse
125 g	getrocknete Tomaten in Öl eingelegt



Zubereitung

Die Toastbrotsscheiben im Toaster rösten.

Die Toastbrotsscheiben rund ausschneiden oder ausstechen und jeweils nur die untere, sowie die mittlere Toastscheibe mit Frischkäsecreme und den gehackten Haselnüssen bestreichen.

Den Salat waschen und trocken schleudern.

Jetzt auf die untere Toastscheibe die Tomaten legen, dann den Frisee Salat und je zwei Scheiben Putensalami. Die mittlere Toastscheibe gleich belegen wie die erste Scheibe und aufsetzen.

Am Schluss die dritte Scheibe ohne Frischkäsecreme mit Frisee Salat aufsetzen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Pro Stück: Ca. 380 kcal, 32 g Eiweiß, 39 g Kohlenhydrate, 14 g Fett

Fotohinweis: Gutfried, bei Veröffentlichung wird höflich um die Zusendung eines Belegexemplars gebeten