

1A+1B

Fleisch

Bagel mit Rohschinken und Schnittlauch-Mayonnaise



Zubereitungszeit
5 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Die Kirschtomaten in Scheiben schneiden und den Schnittlauch fein hacken. Die Mayonnaise mit dem Schnittlauch vermengen und mit Pfeffer und Salz würzen. Den Bagel halbieren und mit der Schnittlauch-Mayonnaise bestreichen. Dann mit Eisbergsalat, Rohschinken und Kirschtomaten belegen. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Zutaten

- ☐ 1 PS. food & lifestyle bagel
- ☐ 40-50 g Rohschinken
- ☐ 100 g Kirschtomaten
- ☐ 10 g Eisbergsalat
- ☐ 1 EL Mayonnaise
- ☐ 1 Zweig frischer Schnittlauch
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Nährwerte pro Person

Energie	401 kcal
Kohlenhydrate	10 g
Fett	25 g
Ballaststoffe	14 g
Eiweiß	26 g