1A+1B Vegetarisch

Croque Madame mit Tomate

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Das Brot mit Schmelzkäse und Senf bestreichen und mit einigen Tomatenscheiben belegen. Nach Belieben auch etwas Sambal daraufgeben. Den Toast unter dem Grill goldbraun grillen. In der Zwischenzeit die Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen und ein Spiegelei braten. Das gebratene Ei auf das Brot legen und noch mit etwas Pfeffer würzen. Mit dem restlichen Tomaten servieren.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle witbrood
- [ ] 1 Ei
- [ ] 2 Tomaten in Scheiben
- [ ] 3 TL Schmelzkäse 20+
- [ ] 1 TL scharfer Senf
- [ ] 1 TL Butter
- [ ] Pfeffer
- [ ] Optional: Sambal

Nährwerte pro Person

Energie	**361 kcal**
Kohlenhydrate	**9 g**
Fett	**18 g**
Eiweiß	**25 g**