



3

Spargel mit Schinken



Zubereitungszeit
5 minuten



Portionen
Voor 4 personen

Zubereitungsart

- 1 Auf jede Scheibe Schinken eine Spargelstange legen und aufrollen.

Zutaten

- ☐ 10 Scheiben gekochter Schinken
- ☐ 1 Glas kleine weiße Spargeln

Nährwerte pro Person

Energie	86 kcal
Kohlenhydrate	2 g
Fett	3 g
Eiweiß	11 g