

Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.
Gesundheitspädagogin (SKA)

Tel. 0190-821975 (1,86 Euro/Min.)
<http://www.gesunde-rezepte.de>

Vollkorntoastbrot m. Nektarine u. Mozzarella

1 Vollkorntoastbrotsscheibe
(= 25 g)

toasten u. belegen
mit:

45 g Netto Nektarinscheiben
30 g Mozzarellascheiben
jod. Meersalz, Pfeffer schwarz

und
würzen:

Basilikumblättchen

i. d. Mikrowelle
kurz überbacken
u. mit
garnieren.

Gesamt: 156 kcal