Gesundes Lachs-Baguette - ideal zum Mitnehmen

Nährwerte

1/2 Baguette

610 kcal / 74g KH / 42,5g E / 17,3g F

Zutaten

- 1/2 Vollkorn-Baguette (zum Aufbacken)
- 90 g Lachsfilet
- 100 g Frischkäse (Bresso)
- Salat, Tomate, Zwiebel

Zubereitungszeit

10 Minuten

Koch-/Backzeit

15 Minuten

Zubereitung

1. Baguette aufbacken
2. Beide Seiten mit Frischkäse bestreichen
3. Das Baguette mit Salat, Tomate, Lachs und Zwiebel belegen

Super frisch und sättigend. Eignet sich prima als Mealprep für die Arbeit.