



## *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.