



2B

Vegetarisch

Mediterranes Brötchen mit Ziegenkäse, Roter Bete und Walnüssen



Zubereitungszeit
15 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- Das Brötchen halbieren und kurz unter dem Grill toasten. Die Walnüsse in einer Pfanne rösten und abkühlen lassen. Das Brötchen mit dem Ziegenkäse bestreichen und mit den Rote-Bete-Scheiben belegen. Mit Balsamicoessig besprenkeln und die Walnüsse darüber zerbröckeln. Mit Rucola abschließen.

Zutaten

- ☐ 1 PS. food & lifestyle Mediterraan broodje
- ☐ 3 TL frischer Ziegenkäse
- ☐ 1 (mindestens 100 g) gekochte Rote Bete in Scheiben
- ☐ Handvoll Rucola
- ☐ 5 Walnüsse
- ☐ 1 EL Balsamicoessig

Nährwerte pro Person

Energie	282 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Fett	16 g
Eiweiß	18 g