



15 Minuten

 Einfach

KÄSEBROT MIT LACHS, KÄSE UND WALNÜSSEN

Kopf leer? Hier kommt frischer Wind für die Segel: Aromatischer Lachs mit fruchtiger Orange packt sich zu knackigen Walnüssen und cremig-würzigem Käse auf krosses Kürbiskernbaguette.

 So wirds gemacht :

SCHRITT 1

Für das Käsebrot Rezept zuerst Sesam ohne Öl in einer Pfanne goldbraun anrösten. Walnüsse grob hacken und ebenfalls ohne Öl in der Pfanne anrösten. Orange schälen und Filets in dünne Scheiben schneiden. Lachsscheiben halbieren. Kresse abschneiden. Dillspitzen von den Stängeln zupfen. Müritzer Käsescheiben halbieren.

SCHRITT 2

Brotscheiben im Toaster oder unter dem Backofengrill kurz anrösten. Geröstete Brotscheiben mit Butter bestreichen. Mit halbierten Käsescheiben belegen. Darauf den Frühlingsquark streichen. Jeweils mit einer Lachs- und Orangenscheibe belegen. Sesam und gehackte Walnüsse aufs Brot geben. Vor dem Verteilen mit Kräutern bestreuen sowie mit Salz und Pfeffer würzen. Brot mit Lachs und Käse genießen!

NÄHRWERTE

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 1341/320

Fett (g): 24

Kohlenhydrate (g): 10

Eiweiß (g): 24



Zutaten

4 Stullen

1-2 TL Sesamseed

6 Walnusskerne

1 kleine Orange

2 Scheiben Räucherlachs

1-2 EL Kresse

1 Dillstängel

4 Scheiben MILRAM Müritzer original

4 Scheiben Kürbiskernbaguette

Butter

185 g MILRAM Frühlingsquark

Salz

Pfeffer