

SNACKS MAL ANDERS- FÜR SCHULE UND CO.

PAUSENSNACK WIKINGER-SCHIFF

1 Portion

Dazu brauchen Sie:

| | |
|-------|---|
| 2 TL | Naturfrischkäse (5 % Fett absolut) |
| 1 TL | THOMY Delikatess-Senf mittelscharf (Tube) |
| 1 | ovale Scheibe Vollkornbrot |
| 20 g | HERTA Finesse Schinken hauchzart |
| 1 | Scheibe (30 g) Edamer (30 % Fett i. Tr.) |
| 15 g | rote Paprikaschote |
| 2 | Kirschtomaten |
| 100 g | Salatgurke |



1. Den Frischkäse mit THOMY Delikatesse Senf verrühren und die Brotscheibe damit bestreichen. Die Vollkornbrotscheibe mittig der Länge nach halbieren.
2. Auf die Brotscheibe mit dem geraden Ende HERTA Finesse Schinken hauchzart verteilen. Aus dem Käse eine viereckige Scheibe schneiden, die als Segel dient. Die übrigen Käseabschnitte auf dem Brot verteilen.
3. Die Paprika waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und längs in Streifen schneiden. Zum Schluss drei Streifen dekorativ auf dem „Käse-Segel“ verteilen. Die restlichen noch auf das Brot geben.
4. In die Brotscheibe mit der Rundung mithilfe eines Apfelausstechers Löcher hineinstechen und mit der bestrichenen Seite nach unten auf den Brotbelag legen.
5. Die Kirschtomaten waschen, halbieren und mit den Schnittflächen nach unten als Bullaugen in die vorbereiteten Löcher geben.
6. Die Gurke putzen, waschen und schälen. Längs zwei Balken herausschneiden und ans Brot als Schiffsmast zusammen mit dem „Käse-Segel“ anlegen.
7. Von der restlichen Gurke mithilfe eines Sparschälers längs dünne Streifen abschälen und unterhalb des Boots zu Wellen legen.

Nährwerte:

Je Portion:

B: 1005 kJ (239 kcal)

N: E: 19 g, KH: 22 g, F: 8 g

