

SNACKS MAL ANDERS- FÜR SCHULE UND CO.

VEGGIE SCHNECKE MIT RADIESCHENMÄUSEN

1 Portion

Dazu brauchen Sie:

- 2 Scheiben Vollkornsandwichbrot
- 1 EL THOMY légère leichter als Mayonnaise 250ml
- 5 Blätter Rucola
- 20 g gelbe Paprikaschote
- 1 Scheibe Edamer (30% Fett i. Tr.)
- 1 Scheibe vegetarische Wurst
- 8 Weintrauben, blau u. grün (kernlos)
- 3 Radieschen



1. Sandwichbrot mit einer Kante leicht überlappend übereinanderlegen und mit einer Teigrolle flach rollen.
2. Mit THOMY légère leichter als Mayonnaise 250ml bestreichen.
3. Rucola putzen, waschen und trocken schütteln.
4. Paprikaschote waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in dünne Streifen schneiden.
5. Mit Edamer und vegetarischer Wurst belegen. Rucola und Paprikastreifen darauf verteilen. Dann eng aufrollen und im gleichmäßigen Abstand 4 Spieße hineinstecken. Die Rolle in gleich große Stücke schneiden und die Spieße durchstecken. An jedes Spießende je eine Weintraube stecken.
6. Von den Radieschen etwas Grün am Strunkansatz übrig lassen, den Rest abschneiden. Auf der Unterseite ein Stück abschneiden, sodass die Mäuse gerade sitzen. Die abgeschnittene Scheibe halbieren und als Ohren in eingeritzte Kerben in das Radieschen stecken.
7. Die Spieße mit den Radieschenmäusen dekorativ in einer Lunchbox platzieren.

Nährwerte:

Je Portion:

B: 1193 kJ (285 kcal)

N: E: 14 g, KH: 36 g, F: 9 g

