

# Friskhäsebrof mit Kiwi

Sonstige Gerichte » Belegte Brote

## Zutaten (4 Personen)

- » 4 Scheiben Vollkornbrof
- » 200g Friskhäse (leicht)
- » 2 EL Aprikosenkonfitüre
- » 1 Kiwi(s)

## Bewertung



### Beschaffung

in jedem Discounter



### Kosten

bis 5€



### Zubereitungszeit

bis 30min

## Zubereitung

1. Die Vollkornbrotscheiben dick mit dem Friskhäse bestreichen. Anschließend die Aprikosenmarmelade darauf verteilen.

2. Die Kiwi schälen und in acht Scheiben schneiden. Jeweils zwei Scheiben auf den Broten anrichten und servieren.

Tipp: Statt Kiwi kann man auch Bananen-, Apfel- oder Birnenscheiben verwenden.

Nährwerte: 300kcal/E9g/F16g/KH28g pro Portion

angelegt am: 23.11.2003

Rezept-Nr: 744

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke