



Brot mit veganem Auberginen-Aufstrich

Zeit gesamt
5min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--------------------------------------|---------------|
| Strauchtomaten | 2 St. |
| Veganer Brotaufstrich - Aubergine | 180 g |
| Roggenvollkornbrot, geschnitten | 8 Scheiben |

Zubereitung

1. Tomaten waschen, Strunk entfernen und in Scheiben schneiden. Auberginen-Aufstrich auf Brotscheiben verteilen und verstreichen. Mit Tomatenscheiben belegen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 455 kcal |
| Kohlenhydrate | 64 g |
| Eiweiß | 13 g |
| Ballaststoffe | 9 g |
| Fette | 16 g |