



# Brot-Spieß

Zeit gesamt  
15min

Zubereitungszeit  
15min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Salatgurken	0.5 St.
Cherrytomaten	100 g
Roggenvollkornbrot, geschnitten	8 Scheiben
Butter	1 EL
Bergkäse Aufschnitt	4 Scheiben

## Zubereitung



Küchenutensilien

Spieße

1. Gurke waschen und in Scheiben schneiden. Cherrytomaten waschen. Brotscheiben mit Butter bestreichen und die Hälfte jeweils mit Käse und Gurkenscheiben belegen.
2. Belegte Brotscheibe mit weiterer Vollkornbrotscheibe belegen. Käsebrotscheiben jeweils durch vier teilen. Auf einem Schaschlikspieß abwechselnd mit Cherrytomaten aufspießen. Brot-Spieß luftdicht verschließen oder sofort servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	424 kcal
Kohlenhydrate	60 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	15 g