



# Frischkäse-Bagel mit Lachs

Zeit gesamt  
🕒 10min

Zubereitungszeit  
🕒 10min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

bunter Blattsalat	0.5 St.
Bagel	4 St.
Frischkäse, natur	80 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Räucherlachs	200 g

## Zubereitung

1. Vier Salatblätter abtrennen, waschen und trocken schütteln. Bagels halbieren und mit Frischkäse bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen und jeweils mit Salatblatt und Räucherlachs belegt servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	339 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	5 g