



# Käse-Toast mit Tomaten

Zeit gesamt  
🕒 5min

Zubereitungszeit  
🕒 5min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                   |            |
|-------------------|------------|
| bunter Blattsalat | 1 St.      |
| Strauchtomaten    | 1 St.      |
| Vollkorntoast     | 8 Scheiben |
| Butter            | 4 EL       |
| Gouda Aufschnitt  | 8 Scheiben |

## Zubereitung

1. 8 Salatblätter abtrennen, waschen und trocken schütteln. Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Toastbrotsscheiben nach Belieben toasten.
2. Toastbrotsscheiben jeweils mit Butter bestreichen und mit Salatblatt, Gouda und Tomaten belegt und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 438 kcal |
| Kohlenhydrate  | 53 g     |
| Eiweiß         | 14 g     |
| Ballaststoffe  | 0 g      |
| Fette          | 19 g     |