



Puten-Senf-Happen

Zeit gesamt
🕒 10min

Zubereitungszeit
🕒 10min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Petersilie, frisch	5 g
Kapern	1 TL
Mini Romana	1 St.
saure Sahne	100 g
Senf	1 TL
Honig	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Sonnenblumenkernbrot	4 Scheiben
Geflügelschinken	100 g

Zubereitung

1. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Kapern abtropfen lassen. Salatblätter vorsichtig abtrennen, waschen und trocken schütteln.
2. Saure Sahne im Becher mit Senf verrühren und mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken. Brotscheiben jeweils in 3 Streifen schneiden und mit Senfcreme bestreichen.
3. Brotscheiben jeweils mit einem Salatblatt belegen, Geflügelschinken aufrollen und daraufsetzen. Je einen Klecks Senfcreme auf den Geflügelschinken geben und Puten-Senf-Happen mit Kapern und Petersilie garnieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	260 kcal
Kohlenhydrate	24 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	14 g