

Brot-Snack im Glas mit Schinken und Ei

Kann am Vortag zubereiten werden – schnell – einfach – für Büro und unterwegs

Für 2 Portionen

Zutaten:

1 rote Paprika BIO
½ Salatgurke BIO
2 Scheiben Pumpernickel,
Croutons oder Brot nach Geschmack
50g Topfen 10%
250g Cottage Cheese
1 EL frische Kräuter nach Geschmack
75g Schinken
1 Ei (hartgekocht)
Salz, Pfeffer
Schnittlauch



Zubereitung:

- Paprikaschote waschen, entkernen und würfeln
- Die ungeschälte BIO- Gurke waschen und würfeln
- Schinken in kleine Stücke schneiden, Ei grob hacken
- Pumpernickel, bzw. das Brot grob zerkleinern.
- Topfen mit dem Cottage-Cheese, Salz, Pfeffer und den gehackten Kräutern vermischen
- Die Zutaten in ein verschließbares Glas schichten, mit Eischeiben dekorieren und mit Schnittlauch bestreuen
- Die Reihenfolge der Schichtung kann variiert werden
- Das Glas gut verschließen und kühl stellen

VIEL SPASS BEIM NACHKOCHEN!