

Rezept

Gurken-Krabben-Brot

Ein Rezept von Gurken-Krabben-Brot, am 04.10.2023

Zutaten

- | | |
|---|---|
| 1 Bio-Mini-Salatgurke | 1 Frühlingszwiebel |
| 80 g geschälte, gegarte Nordseekrabben (aus dem Kühlregal) | 2 EL Frischkäse (mind. 20 % Fett i. Tr.) |
| 3 TL Zitronensaft | 2 TL geriebener Meerrettich (aus dem Glas) |
| Pfeffer | Salz |
| 3 Stängel Dill zum Garnieren | 4 Scheiben Vollkornbrot (à ca. 50 g) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal, 4 g F, 18 g EW, 41 g KH

Zubereitung

1. Die Gurke putzen, waschen und in feine Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und weiße sowie hellgrüne Teile in kleine Würfel schneiden. Die Krabben in einem Sieb abbrausen und gut abtropfen lassen.
2. Frischkäse, geriebenen Meerrettich und 2 TL Zitronensaft in eine kleine Schüssel geben und glatt verrühren.
3. Die Krabben und Frühlingszwiebelwürfel untermischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
4. Die Brote mit dem Krabbenaufstrich bestreichen und mit den Gurkenscheiben belegen. Dill waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Brote mit Dillblättchen garnieren und servieren.