

Rezept

Schinken-Bagels mit Rucola

Ein Rezept von Schinken-Bagels mit Rucola, am 23.04.2024

Zutaten

20 g Pinienkerne	1 Handvoll Rucola
60 g Ricotta	Salz
Pfeffer	2 feste Tomaten
1 Chicorée	2 Bagels (je ca. 80 g)
75 g Parmaschinken	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne ohne Fett leicht rösten, dann hacken. Den Rucola waschen, trocken schütteln, ebenfalls hacken. Beides mit Ricotta verrühren, salzen und pfeffern.

2. Die Tomaten waschen, von den Stielansätzen befreien und in Scheiben schneiden. Den Chicorée waschen und putzen, in einzelne Blätter zerlegen. Die Bagels aufschneiden und tosten.

3. Die Rucolacreme auf die Bagelhälften streichen und die Bagels mit Chicorée, Tomaten und Schinken belegt wieder zusammensetzen.