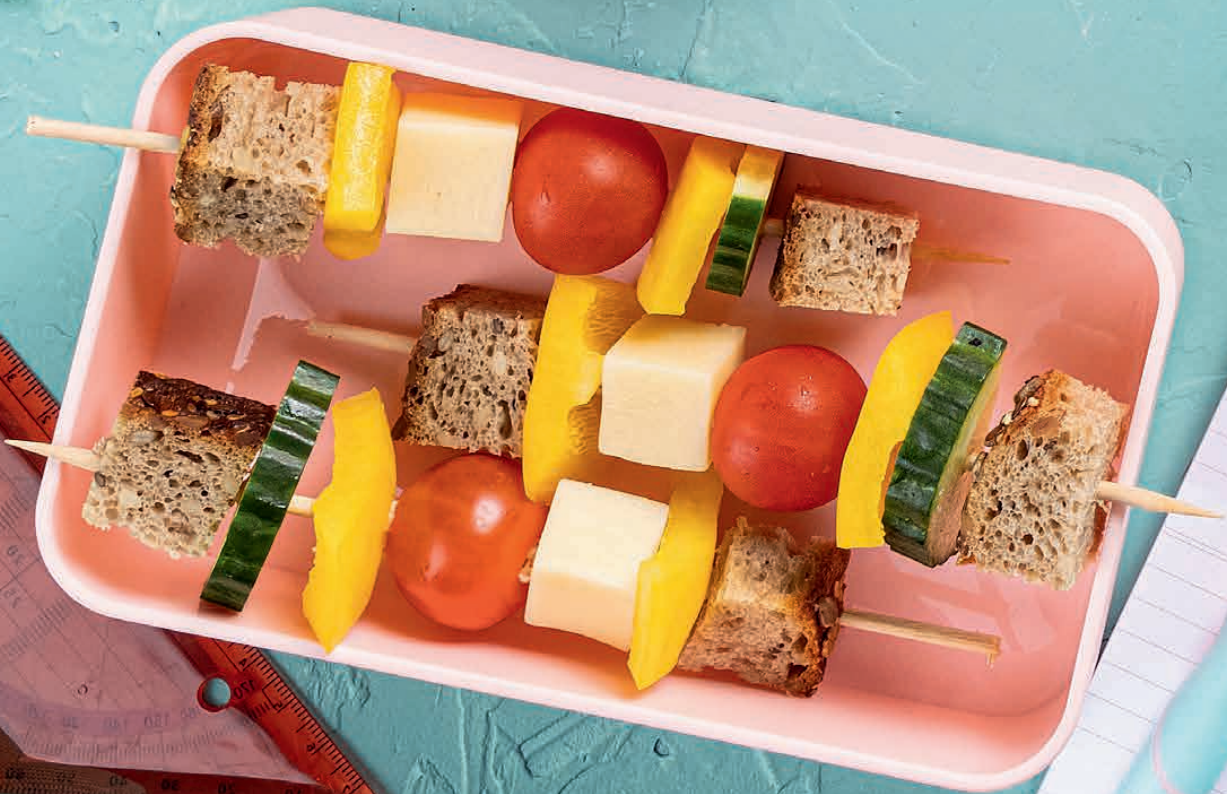


Sandwich-Spieße



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

4 Scheiben Vollkornbrot
150 g Gouda
1/3 Gurke
Eine gelbe Paprika

ZUBEREITUNG:

4 Scheiben Vollkornbrot und 150 g Gouda in mundgerechte Würfel schneiden.
1/3 Gurke waschen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
Eine gelbe Paprika waschen, Stiel und

Kerngehäuse entfernen und in mundgerechte Würfel schneiden.
Holzspieße nach dem Schema Gurke, Brot, Käse, Tomate, Brot, Paprika, Käse, Gurke usw. bestücken.