1A+1B Fleisch

Bagel Tartufo

Zubereitungszeit
10 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Champignons in Scheiben schneiden. Das Trüffelöl in einer Pfanne erhitzen und Champignons und Schinkenwürfel gar braten. Dann mit der Trüffeltapenade vermengen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Den Bagel halbieren und mit Rucola, Champignons und Schinkenwürfeln belegen. Mit Alfalfa garnieren.

Zutaten

- [ ] 1 PS. food & lifestyle bagel
- [ ] 40-50 g Schinkenwürfel
- [ ] 200 g Champignons
- [ ] 20 g Rucola
- [ ] 5 g Alfalfa
- [ ] 1 TL Trüffeltapenade
- [ ] 1 EL Trüffelöl
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**396 kcal**
Kohlenhydrate	**6 g**
Fett	**25 g**
Ballaststoffe	**16 g**
Eiweiß	**26 g**