

Crostini mit Hüttenkäse und Birne

Zutaten | 4 Portionen

8 Scheiben	Vollkornbaguette
3	Birnen
200 g	Hüttenkäse
1-2 TL	Honig
1 Spritzer	Zitronensaft
1 Handvoll	Walnüsse

Zubereitungszeit: 10 Min.

Zubereitung:

- Walnüsse klein hacken.
- Brotscheiben im Toaster oder in einer Pfanne goldbraun rösten. In der Zwischenzeit die Birnen waschen und in dünne Scheiben schneiden. Diese mit etwas Zitronensaft beträufeln.
- Den Hüttenkäse gleichmäßig auf dem gerösteten Brot verteilen. Anschließend die Birnenscheiben darauflegen.
- Zum Schluss die Brote mit den gehackten Walnüssen garnieren und nach Belieben mit Honig verfeinern.

Tipp:

Das Rezept lässt sich auch mit Apfel zubereiten.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
114 kcal	3,4 g	14,8 g	5,4 g	35,8 mg