

good food loop

Freestyle Sandwich

Wat brauch ech ? (fir 2 Persounen)

- Belag fir op de Sandwich no Loscht a Laun
- Quarkmëschung:
 - 1 Knuewelekszéif
 - 2 grouss EL Quark
 - Tomatepurée
 - Peffer a Salz
- 1 haart gekachten Ee



Preparatioun:

1. Bréidercher opschneiden
2. Quarkmass op enger Halschent vum Bréitchen verdeelen
3. Zalot drop leen
4. Eng Scheiw Kéis
5. Eng Scheiw réi oder gekachten Ham
6. 2-3 Scheiwen Ee
7. 2-3 Scheiwen Tomat