

Lala LuniX be green

# VEGGIE GURKEN SANDWICH



[lalalunix\\_begreen](https://www.instagram.com/lalalunix_begreen)



[www.lalalunix.de](http://www.lalalunix.de)

## Das brauchst Du

# ZUTATEN

- 2 Scheiben Bio Vollkornbrot
- 4 dünne Scheiben Rettich
- 4 dünne Scheiben Salatgurke
- 3 Scheiben Feta
- 1 hartgekochtes Bio Ei
- Pfeffer, Salz, Olivenöl, Kerne



1 Person



20min



2,50 €\*  
\*anteilig auf die benötigten Mengen

1. zwei Scheiben Brot schneiden und das Ei hart kochen
2. Gurken und Rettich in dünne Scheiben hobeln
3. Kerne in Olivenöl knusprig braten
4. auf die untere Scheibe Brot den Rettich und Gurken legen
5. Feta und Kerne oben drauf legen
6. das Ei abkühlen lassen und in Scheiben auch oben drauf legen.