

FRUCHT- AUFSTRICH

REZEPT FÜR EINE MENGE FÜR CA. 4 SCHEIBEN BROT

Zutaten:

50 g	Himbeeren
50 g	Honig
10 g	Vanillezucker
125 g	weiche Butter
4 Scheiben	Mevalia Pan Carrè oder Mevalia Pan Rustico (ca. 20 g pro Scheibe)

Zubereitung:

Himbeeren, Honig und Vanillezucker mixen. Die Masse mit einem elektrischen Handrührgerät in die weiche Butter rühren und etwas aufschlagen.

Die Brotscheiben damit bestreichen und mit einer Himbeere garnieren.

TIPPS

- Einige Himbeeren zum Garnieren.



Nährwertangaben:	Gesamtes Rezept Aufstrich (ohne Brot)
Energie	1155 kcal
Fett	104,6 g
Kohlenhydrate	55,2 g
Protein	1,8 g
Phenylalanin	81,0 mg
Tyrosin	66,0 mg
Leucin	143,0 mg

Nährwertangaben:	1 Scheibe Pan Carrè (20g)
Energie	44 kcal
Fett	1,0 g
Kohlenhydrate	7,6 g
Protein	0,1 g
Phenylalanin	3,0 mg
Tyrosin	2,2 mg
Leucin	5,6 mg

Nährwertangaben:	1 Scheibe Pan Rustico (20g)
Energie	47 kcal
Fett	1,1 g
Kohlenhydrate	8,0 g
Protein	0,1 g
Phenylalanin	3,4 mg
Tyrosin	2,6 mg
Leucin	6,4 mg