

Tomaten-Mozzarella-Salat Mediterran



ISS BUNT BLEIB GESUND

Rezepte zum schlank werden
und schlank bleiben!

ZUBEREITUNG

1. Tomaten waschen und halbieren. Die Mozzarellakugeln abtropfen lassen.
2. Die Tomaten und die Mozzarellakugeln in eine Schüssel geben und mit einem Teelöffel Olivenöl und Balsamico beträufeln, salzen und pfeffern.
3. Die Garnelen in einer beschichteten Pfanne mit einem Teelöffel Olivenöl anbraten und auf dem Tomaten-Mozzarella-Salat verteilen.
4. Nach Belieben mit frischen Basilikumblättern garnieren.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION

- 150 g kleine Cocktailtomaten
- 125 g Mini Mozzarella 20 % Fett
- 2 TL Olivenöl
- 2 TL Balsamicoessig
- 200 g Garnelen, küchenfertig
- Basilikum, frisch
- Salz / Pfeffer



403
Kalorien



12 g
Kohlenhydrate



15 g
Fett



54 g
Eiweiß



2 g
Ballaststoffe

Nährwerte p. P. Verantwortlich für den Inhalt: happyfigur Vertriebs GmbH, Am Glockenturm 8, 63814 Mainaschaff

figur^{scout}