

Pizzabrötchen

Zutaten

- 3 Voll- oder Mehrkornbrötchen
- 75 g Putenschinken
- 50 g Paprika
- 60 g Tomate
- 60 g Champignons (Dose)
- 60 g Mais (Dose)
- 75 g Emmentaler
- 30 g Saure Sahne
- Salz, Pfeffer, Paprika

Zubereitung

1. Schinken, Paprika, Pilze, Tomaten und Käse in feine Würfel schneiden
2. Mais, Saure Sahne und Gewürze zugeben und vermischen
3. die Masse auf die 6 Hälften der Brötchen verteilen
4. bei 180° C etwa 10 Minuten backen

Nährwert

pro Brötchenhälfte:

Brennwert	ca. 166 kcal
Fett	ca. 5 g

From:

<http://wernerflamme.name/> - **Werners Wiki**

Permanent link:

<http://wernerflamme.name/doku.php?id=rezepte:besucher:abendgerichte:pibr>

Last update: **2016-05-06 12:24**

