

Frühstück / super schnell /

Lachs-Avocado-Bagel

Auf eine lange Nacht, folgt meist am nächsten Morgen der große Hunger. Zumindest geht es mir da immer so. Als ich mich neulich, nach genau solch einer Nacht, am nächsten Morgen auf Nahrungssuche begeben habe, habe ich exakt so einen Bagel gefunden und hätte nicht glücklicher sein können. Alles drauf was ich mag und dazu noch gesund. Ich war so begeistert, dass ich das Bedürfnis hatte ihn sofort zu Hause nachzumachen und mit Euch zu teilen.

Zutaten für 1 Bagel

- 1 - Bagel
- 2 Scheiben - geräucherter Lachs
- 0.5 - Avocado
- 0.5 - Limette
- 1 Handvoll - Pflücksalat
- 1 EL - Frischkäse
- - Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Bagel halbieren, den Frischkäse auf die Unterseite streichen.
2. Den Lachs auf den Frischkäse legen.
3. Die Avocado in Scheiben schneiden und auf den Lachs legen.
4. Den Saft der Limette überträufeln und alles pfeffern. Den Salat gleichmäßig auf dem Bagel verteilen und mit der Oberseite des Bagels abschließen.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia