



TIPP:

Tu deinem Lieben
etwas Gutes und vor
allem Gesundes.

DAS PAUSENBROT

2 Scheiben Gersten Vital
Paprika gelb und Rot
Rucola und/oder Feldsalat
Putenbrust
Gemüse nach Belieben (z.B. Tomaten oder Gurken)
Butter

ZUBEREITUNG:

Schritt 1

Die Gersten Vital-Scheiben mit Butter bestreichen.

Schritt 2

Das Gemüse putzen und klein schneiden. Den Salat auf zwei Scheiben verteilen.

Schritt 3

Putenbrust einmal in der Hälfte falten und auf eine der Brot-Scheiben legen. Jetzt etwas Gemüse nach Belieben und zum Schluss die zweite Gersten Vital-Scheibe obendrauf.

GUTES BROT IST EIN STÜCK HEIMAT!