

Herzhafter Pumpernickel mit Camembert

Für 1 Person

30 g Camembert
1 Scheibe Pumpernickel
0,2 l Brottrunk

Camembert in Scheiben schneiden und den Pumpernickel damit belegen.
Dazu Brottrunk reichen.

171 kcal (715 kJ)
12,8 g Eiweiß
4,4 g Fett
18,7 g Kohlenhydrate (1,6 BE)