

# Rezept: Die leichte Dinkel-Stulle

Eiweiß	25,6 g
Kohlenhydrate	40,8 g
Fett	17,2 g

Vorbereitung	5 Minuten
Gesamtzeit	5 Minuten



## Rezept: Die leichte Dinkel-Stulle

2 PORTIONEN  simpel

2 Schieben Dinkelbrot  
10 g Deli Reform Die Leichte  
40 g Putenbrust  
30 g Gouda 45 % Fett i. Tr.  
30 g Gurke  
30 g Tomate  
20 g Blattsalat  
10 g Schnittlauch

### 1 ZUBEREITUNG DES BELAGS

Die beiden Scheiben Dinkelbrot mit Deli Reform Die Leichte bestreichen und mit dem Aufschnitt belegen.

### 2 BROT BELEGEN

Abschließend das Brot noch mit Gurke, Tomate, Blattsalat und Schnittlauch garnieren – perfekt für ein vegetarisches Frühstück, einen gesunden Lebensstil und Ihre Darmgesundheit.

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:  
<https://www.deli-reform.de/rezepte>