



RUSTIKALES BBQ- ABENDBROT

ZUTATEN

- ▶ 1 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- ▶ 2 gekochte Eier
- ▶ 75 g Bacon
- ▶ 2 Slightly leveled tablespoons Brot
- ▶ 2 EL THOMY BBQ Sauce

ZUBEREITUNG

1. THOMY Reines Sonnenblumenöl in einer Pfanne heiß werden lassen. Eier in die Pfanne geben und zu Spiegeleiern braten.
2. Bacon halbieren und in einer beschichteten Pfanne ohne Fett knusprig anbraten.
3. Lieken Urkorn Rustikales Roggenmischbrot mit jeweils mit THOMY BBQ mit Brandy Note bestreichen und mit Bacon und Spiegelei belegen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	23 g
Energie	331 kcal
Fett	19 g
Protein	16 g

🕒 9 Minuten

⊕ 2 Portionen

