

## Rezept: Sandwich Caprese

---

### Zutaten

- 1 TL Pesto
- 2 Scheiben Tomate
- 2 Scheiben Mozzarella
- 4 Blätter Basilikum
- 2 Scheiben Vollkornsandwichtoast
- Salz, Pfeffer



vegetarisch

### Zubereitung

1. Tomate und Mozzarella in Scheiben schneiden
2. Basilikum fein hacken.
3. Toast mit Pesto bestreichen. Mit Tomaten, Basilikum und Mozzarella das Toast belegen. Ein wenig mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Mit dem zweiten Toast verschließen und im Sandwichmaker knusprig zubereiten.

*Hinweis: Mit frischen Babyspinat könnte das Sandwich zu einem italienischen Spinat-Sandwich variiert werden.*

Weitere Praxistipps, Rezepte und Infos zum FreizeitFit4Kids-Programm findet ihr unter [www.freizeitfit4kids.de](http://www.freizeitfit4kids.de)

Wir freuen uns über Feedback und weitere Ideen von Euch. Gerne erstellen wir weitere Praxistipps gemeinsam mit Euch für unsere Website. Bei Interesse oder rücf Fragen, schreibt uns an [kontakt@freizeitfit4kids.de](mailto:kontakt@freizeitfit4kids.de)