

FRUCHTBAR<sup>®</sup>   
Pausenfreund

Rezept-Idee

  
  
Faultiers  
Frucht-Express





# Faultiers Frucht-Express

**Zubereitungszeit:** 10 Min. **Schwierigkeitsgrad:** einfach **Pausenbox:** 1 Portion

## Zutaten:

Bio-Frucht-Taschen von FruchtBar  
Erdbeeren  
Weintrauben, rot und weiß  
Apfel, ausgestochen  
Vollkorntoast

### Avocadocreame:

¼ reife Avocado  
1 EL körniger Frischkäse  
1 TL Zitronensaft  
1 Prise Salz

## Dazu brauchst Du:

1 Ausstecher rund  
1 Ausstecher in Apfelform o. ä.  
1 Schüssel  
1 Gabel



## Zubereitung:

Für die Avocadocreame den Frischkäse und die Avocado mit der Gabel klein drücken und mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Brot toasten, zwei runde Kreise ausstechen, mit der Avocadocreame bestreichen und zusammenklappen. Apfel mit dem Ausstecher in Form bringen. Weintrauben und Erdbeeren waschen und alles in der Pausenbox anrichten.

**Guten Appetit!**