



## Bagel oder Wrap mit Räucherlachs

### Zutaten

- » 100 gr. Bagel Brötchen mit Sesam oder 1 Wrap
- » 30 gr. Frischkäse mit Meerrettich
- » 60 gr. Geräucherter Lachs
- » 10 gr. Spinatblätter

<b>Gesamtzeit</b>	<b>Untere Temperatur</b>	<b>Obere Temperatur</b>
50 Sekunden	220°C	250°C
<b>Mikrowelle</b>	<b>Beginn/Ende</b>	<b>Flex-Funktion</b>
Ohne	Beginn	Ein



## Veggie Ciabatta

### Zutaten

- » 100 gr. Ciabatta
- » 20 gr. Pesto
- » 40 gr. Feta oder Hüttenkäse
- » 80 gr. gegrilltes Gemüse (Paprika, Zucchini, Aubergine, Zwiebel)
- » 6 gr. Rucola

<b>Gesamtzeit</b>	<b>Untere Temperatur</b>	<b>Obere Temperatur</b>
50 Sekunden	220°C	250°C
<b>Mikrowelle</b>	<b>Beginn/Ende</b>	<b>Flex-Funktion</b>
24 Sekunden	Beginn	Ein