

Tousty se sýrem a salámem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 6

361 kalorií , **40 g** cukrů , **9 g** tuků , **89 g** bílkovin

Autor: jessynka

Odkaz: <https://srecepty.cz/tousty-se-syrem-a-salamem>

Příprava

Na táč si rozložíme polovinu toustového chleba, namažeme měkkým sýrem, poklademe salám, tvrdý sýr, nakrájený okurek na kolečka, papriku na plátky a kousky rajčete. Druhou polovinu toustového chleba mažeme hořčicí smíchanou s kečupem. A přiložíme na první část toustového chleba. Rozpálíme toustovač a smažíme dozlatova.

Ingredience

- 1 balení toastového chleba
- 8 trojúhelníků měkkého sýra
- 200 g salámu
- 100 g eidamu nebo jiného tvrdšího sýra
- 4 okurky
- 2 papriky
- 2 rajčata
- plnotučná hořčice
- kečup

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Chudý student, Svačinka

