



Litschis im Speckmantel

APÉRO FÜR 4 PERSONEN

250 g Litschis aus der Dose, abgetropft
12 Tranchen Bratspeck
150 g Frischkäse mit Pfeffer
¼ Bund Koriander

UTENSILIEN
12 Zahnstocher

Backofen auf 200°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Litschis mit Haushaltspapier trocken tupfen. Frischkäse glatt rühren, in einen Spritzsack mit kleiner Lochtülle füllen. Frischkäse vorsichtig in die Litschis füllen. Früchte auf der Bauchseite mit je 2 Blättchen Koriander belegen, dann jeweils eine Tranche Speck darumwickeln. Mit einem Zahnstocher fixieren. Litschis mit der Öffnung nach oben auf dem Blech verteilen. Im Ofen ca.

20 Minuten backen, bis der Speck knusprig ist. Inzwischen restlichen Koriander fein hacken. Über die gebackenen Litschis streuen.

ZUBEREITUNG

 ca. 10 Minuten  Einsteiger
+ ca. 20 Minuten backen

Pro Person ca. 12 g Eiweiss, 24 g Fett,
18 g Kohlenhydrate, 1400 kJ/340 kcal