

## Feigen und Walnuss-Amuse Bouche



## Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 395 kcal/1635 k.I

Eiweiß: 19,2 g

Kohlenhydrate: 16 g

## Zubereitung:

- 1. Walnusskerne kurz fettlos in einer Pfanne rösten. Zum Auskühlen auf einen Teller schütten.
- 2. Feigen abspülen, trockentupfen und vierteln. Fruchtfleisch mit Balsamicoessig beträufeln.Parmaschinken in Stücke teilen und locker auf vier Teller verteilen. Die Feigenviertel hübsch angeordnet darauf setzen.
- **3.** Gorgonzola in Stückchen teilen und darüber streuen. Auf jedes Feigenviertel eine Walnusskernhälfte geben.

Tipp: Dazu Baguette reichen.

## Zutaten für 4 Portionen :

100 g kalifornische Walnusskerne

8 Feigen

4 TL Balsamicoessig

16 Scheiben Parmaschinken, dünn geschnitten (ca.

125 g)

100 g Gorgonzola