



# Ölz Blätterteig Brezel "vegane Lunchbox" mit frischem Obst & Gemüse

Schnelles veganes Lunchbox-Rezept - für 1 Portion

## Zutaten

6 Stück Ölz Blätterteig Brezel  
Etwas gemischter Pflücksalat  
1 Handvoll Haselnüsse  
½ Mini-Snack-Gurke  
5 Zuckerschoten  
½ Orangen  
1 Handvoll frische Heidelbeeren  
1 Handvoll frische Himbeeren  
3 Physalis  
1 Kiwi  
½ Avocado  
1 Karotte

## Zubereitungszeit

10 min

### 1. Salat vorbereiten:

Den Salat gründlich waschen, trocknen und in die Lunchbox legen.

### 2. Nüsse hinzufügen:

Die Haselnüsse in die Lunchbox geben.

### 3. Gurken schneiden:

Die Mini-Snack-Gurke längs in dünne Scheiben schneiden und dazulegen.

### 4. Zuckerschoten ergänzen:

Die Zuckerschoten in die Box legen.

### 5. Orange vorbereiten:

Die Orange in kleine Spalten schneiden und hinzufügen.

### 6. Knusprige Beilage:

Die Ölz Blätterteig Brezeln in die Lunchbox geben.

### 7. Beeren hinzufügen:

Frische Blaubeeren und Himbeeren dazulegen.

### 8. Physalis vorbereiten:

Die Physalis halbieren und auf den Salat legen.

### 9. Kiwi & Avocado formen:

Mit einem Kugelausstecher kleine Kugeln aus der Kiwi und der Avocado stechen und in die Lunchbox legen.

### 10. Karottenstifte schneiden:

Die Karotte schälen, in dünne Stifte schneiden und in die Lunchbox stecken.

### 11. Genießen!

Deine leckere & frische Snackbox ist fertig – perfekt für unterwegs!