PS. food & lifestyle

FASE 1

Toast met roerei en cantharellen



10 minuten

1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**303 Kcal**
Koolhydraten	**6 g**
Eiwitten	**26.5 g**
Vet	**16.8 g**
Vezels	**0 g**

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle toast
- 1 ei, geklutst
- 150 g cantharellen, in stukjes
- 1 el olijfolie
- Verse bieslook
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Verhit de olie in een koekenpan. Roerbak de cantharellen circa 2-3 minuten. Voeg het ei toe en roerbak nog circa 2-3 minuten tot het ei begint te stollen. Breng op smaak met peper en zout. Beleg de sneetjes toast met het roerei en garneer met bieslook.