PS. food & lifestyle

FASE 1

Meerzaden bolletje met kipfilet en avocado

2 minuten

1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**382 Kcal**
Koolhydraten	**11.9 g**
Eiwitten	**20.1 g**
Vet	**24.8 g**
Vezels	**0 g**

Voedingswaarde per persoon

TIP: -

INGREDIËNTEN

- 1 PS. food & lifestyle Meerzaden bolletje
- 40-50 g gerookte kipfilet, in stukjes
- ¼ avocado, in plakjes
- 2 tomaten
- Paar blaadjes sla
- 1 el mayonaise

BEREIDINGSWIJZE

Snijd het meerzaden bolletje met een kartelmes doormidden. Besmeer beide helften met de mayonaise. Beleg achtereenvolgens met de sla, schijfje tomaat, gerookte kipfilet en de avocado en klap het broodje weer dicht. Serveer met de rest van de tomaat.