PS. food & lifestyle

FASE 3

Groentespiesjes met halloumi



20 minuten | 1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**478 Kcal**
Koolhydraten	**10.7 g**
Eiwitten	**26 g**
Vet	**35.2 g**
Vezels	**0 g**

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 90-100 g halloumi kaas in stukjes
- 4 kerstomaatjes
- ½ oranje paprika in stukjes
- 100 g courgette in stukjes
- 1 el masala kruiden
- 1 el olijfolie
-
- Extra:
- 4 lange satéprikkers

BEREIDINGSWIJZE

Leg de prikkers in een bakje met water om slijten te voorkomen. Doe de halloumi in een kommetje en meng met de olijfolie en de masala kruiden. Doe de groenten erbij en meng alles goed door elkaar. Rijg nu de groenten en de halloumi één voor één aan de spiezen. Leg de spiezen eventueel terug in de koelkast zodat de smaken goed kunnen intrekken. Gril de spiezen vervolgens 2 minuten aan beide zijden.