PS. food & lifestyle

FASE 2A

Geroosterd brood met geitenkaas en gebakken appel

20 minuten | 1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**425 Kcal**
Koolhydraten	**17 g**
Eiwitten	**22.5 g**
Vet	**24 g**
Vezels	**0 g**

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle lijnzaadbrood
- 40-50 g verse geitenkaas
- ½ appel in schijfjes
- Hand verse spinazie
- 100 g kerstomaatjes, gehalveerd
- 1 el olijfolie
- 1 el balsamicoazijn
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Rooster het brood en de schijfjes appel onder de contactgrill. Beleg vervolgens het brood met de geitenkaas, gebakken appel, eventueel wat blaadjes spinazie en besprenkel met een halve eetlepel balsamicoazijn. Maak een dressing van de rest van de balsamicoazijn, de olijfolie en wat peper en zout. Maak een salade van de spinazie en de tomaatjes en besprenkel met de dressing. Serveer bij het gegrilde brood met geitenkaas en appel.