

Broodje carpaccio

FASE 1



15 minuten



1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie 359 Kcal

Koolhydraten 9.3 g

Eiwitten 23.8 g

Vet 22.3 g

Vezels 12.8 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 PS. food & lifestyle meerzaden bolletje
- 1 el PS. food & lifestyle honing-mosterd dressing
- 30 g rundercarpaccio
- 50 g gemengde sla
- 100 g tomaat
- 100 g komkommer
- 5 g rucola
- 2 tl truffelmayonaise
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Verwarm de oven op 200 °C. Rooster het broodje circa 5-10 minuten in de oven, zodat deze een beetje knapperig wordt en laat vervolgens afkoelen. Snijd ondertussen de tomaat en de komkommer in stukjes. Maak een salade van de sla, tomaat en komkommer. Besprenkel met de honing-mosterd dressing. Snijd het broodje doormidden en beleg met de carpaccio. Bestrooi met wat peper en zout en verdeel de truffelmayonaise en de rucola eroverheen. Serveer de salade bij het broodje carpaccio.