



1A+1B

Meat

## Bagel met rauwe ham en bieslook-mayonaise



Bereidingstijd  
5 minuten



Porties  
Voor 1 persoon

### Bereidingswijze

- 1 Snijd de cherrytomaatjes in plakjes en hak de bieslook fijn. Meng de mayonaise met de bieslook en breng op smaak met peper en zout. Snijd de bagel doormidden en besmeer met de bieslook-mayonaise. Beleg vervolgens met de ijsbergsla, rauwe ham en cherrytomaatjes. Breng op smaak met peper en zout.

### Ingrediënten

- ☐ 1 PS. food & lifestyle bagel
- ☐ 40-50 g rauwe ham
- ☐ 100 g cherrytomaatjes
- ☐ 10 g ijsbergsla
- ☐ 1 el mayonaise
- ☐ 1 takje verse bieslook
- ☐ Peper
- ☐ Zout

### Voedingswaarden per persoon

|              |          |
|--------------|----------|
| Energie      | 401 kcal |
| Koolhydraten | 10 g     |
| Vet          | 25 g     |
| Vezels       | 14 g     |
| Eiwit        | 26 g     |