



1A+1B

Fish

Boerenkoolsalade met gerookte zalm



Bereidingstijd
15 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Verdeel de boerenkool over een bord. Besprenkel met de olijfolie, het citroensap, wat peper en meng goed door elkaar. Verdeel de zalm, komkommer en de rode ui over de boerenkoolsalade.

Ingrediënten

- ☐ 150-200 g gerookte zalm
- ☐ 50 g boerenkool
- ☐ ½ komkommer in schijfjes
- ☐ ½ rode ui in ringen
- ☐ 1,5 el olijfolie
- ☐ Sap van een partje citroen
- ☐ Peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	482 kcal
Koolhydraten	8 g
Vet	32 g
Eiwit	36 g