



2B

Fish

Gerookte zalmzalade met sperziebonen, zongedroogde tomaatjes en pesto



Bereidingstijd
25 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Kook of stoom de sperziebonen in 15-20 minuten beetgaar. Giet af en laat afkoelen. Verdeel de gemengde sla, sperziebonen, gerookte zalm, avocado, zongedroogde tomaatjes en de kappertjes over een bord. Meng met de pesto en maak af met versgemalen peper.

Ingrediënten

- ☐ 150-200 g gerookte zalm
- ☐ 150 g sperziebonen
- ☐ 50 g gemengde sla
- ☐ ¼ avocado in stukjes
- ☐ 3 zongedroogde tomaatjes in stukjes
- ☐ 1 el kappertjes
- ☐ 2 tl (verse) pesto
- ☐ Versgemalen peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	530 kcal
Koolhydraten	18 g
Vet	30 g
Eiwit	40 g