



2C

Vegetarian

Kikkererwtensalade met feta en groene dressing



Bereidingstijd
20 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Verdeel de rucola en de verse spinazieblaadjes op een bord en meng met de kikkererwten, stukjes tomaat, avocado en de rode ui. Brokkel de feta eroverheen en meng de salade met de dressing. Garneer met de tuinkers.

Ingrediënten

- ☐ 90-100 g feta light
- ☐ 1 opscheplepel gekookte kikkererwten
- ☐ 25 g rucola
- ☐ 25 g verse spinazie
- ☐ 100 g tomaatjes, gehalveerd
- ☐ ¼ avocado in stukjes
- ☐ ½ rode ui
- ☐ Plukje tuinkers

Voedingswaarden per persoon

Energie	531 kcal
Koolhydraten	14 g
Vet	40 g
Eiwit	23 g