

1A+1B Vegetarian

Winterse tosti met geitenkaas en boerenkool

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Besmeer een sneetje brood met de geitenkaas. Beleg met wat schijfjes tomaat, boerenkool en de rode ui. Breng eventueel op smaak met een beetje peper en zout. Dek af met het andere sneetje en leg onder de grill. Serveer met de overgebleven schijfjes tomaat.

Ingrediënten

- [ ] 1 pakje PS. food & lifestyle witbrood
- [ ] 3 tl verse geitenkaas
- [ ] 2 tomaten in schijfjes
- [ ] Handje boerenkool
- [ ] ¼ rode ui, grof gehakt of in ringen
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**278 kcal**
Koolhydraten	**11 g**
Vet	**11 g**
Eiwit	**19 g**