

Easy peasy lunchsalade

Ingrediënten

300 gr kerstomaatjes in
verschillende kleuren
2 avocado's
Volkoren crackers
Olijfolie
Balsamicoazijn
Italiaanse kruiden
Peper
Zout



Bereiding

Was de kerstomaatjes en snij ze in partjes. Schil de avocado's en snij in blokjes. Meng alles onder mekaar en kruid goed met Italiaanse kruiden.

Meng gelijke delen olijfolie met balsamicoazijn en kruid met peper en zout.

Serveer met volkoren crackers.

Tip: dit gerechtje bevat weinig eiwitten maar kan je heel simpel aanvullen met bv mozzarella, burrata, een eitje of wat charcuterie.

Smakelijk!

Lekker & gezond

Hou je van lekker eten maar wil je toch graag een voedzame maaltijd op tafel zetten? Ben je af & toe de inspiratie een beetje kwijt?

DESSERTS

Ontbijt

Mocktails

OVENSCHOTELS

Eitjes

Sorbets –
Ijsjes

VLEES &
GEVOGELTE

Soepen

SALADES

Vis

Pasta

BARBECUE

Dan zijn deze kookboekjes ideaal voor jou!
Lekkere & gezonde recepten die je in een handomdraai op tafel hebt staan!

www.dietiste-inebosmans.be