

## Mediterraan broodje biefstukpuntjes



10 minuten



1 persoon



### VOEDINGSWAARDE

Energie	277 Kcal
Koolhydraten	9.4 g
Eiwitten	23 g
Vet	16.4 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

### INGREDIËNTEN

- 1 PowerSlim Mediterraan broodje
- 100 g courgette, in stukken
- 1 el olie van semi zongedroogde tomaatjes
- 1 semi zongedroogd tomaatje, fijngehakt
- 40 g biefstukreepjes
- Chilipoeder
- Zout
- Peper

### BEREIDINGSWIJZE

Verhit de olie in een wok en bak de courgette ca. 3 minuten. Voeg de biefstukreepjes en tomaat toe en bak deze kort mee. Breng het mengsel op smaak met chilipoeder, peper en zout. Gril het broodje kort tussen de grill, in de oven of broodrooster. Snijd het broodje driekwart open zodat een envelop ontstaat en vul het met het biefstuk-courgettemengsel.

TIP: VUL AAN MET EEN LEKKERE FRISSE KOMKOMMERSALADE UIT HET POWER SLIM KOOKBOEK!