

Tosti met cottage cheese, verse spinazie en tomaat



15 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	284 Kcal
Koolhydraten	9.5 g
Eiwitten	23.9 g
Vet	10.8 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 pakje PS. food & lifestyle witbrood
- 2 plakjes kipfilet
- 3 tl cottage cheese
- 1 tomaat in schijfjes
- 100 g komkommer in schijfjes
- Handje verse spinazie
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Beleg een sneetje brood met de cottage cheese, kipfilet, schijfjes tomaat en de spinazie. Breng op smaak met een beetje peper en zout. Dek af met het andere sneetje en leg onder de grill. Serveer met de komkommer en eventueel nog wat overgebleven schijfjes tomaat.