

Mediterraan broodje met geroosterde aubergine



15 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	293 Kcal
Koolhydraten	9.4 g
Eiwitten	14 g
Vet	21.6 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 PS. food & lifestyle Mediterraan broodje
- 50 g aubergine in plakjes
- 50 g cherrytomaatjes in stukjes
- 1 el olijfolie
- Partje citroen
- 1 el mayonaise
- 1 tl baharat kruiden
- 1 el verse peterselie, fijngehakt
- Zout
- Peper

BEREIDINGSWIJZE

Snijd het Mediterraan broodje open en grill de twee helften goudbruin. Besmeer de plakjes aubergine met de olijfolie en bestrooi met een beetje zout en peper. Grill ze gaar en goudbruin in circa 10 minuten. Meng de mayonaise met de baharat kruiden. Besmeer de onderste helft van het Mediterraan broodje hiermee en beleg met de aubergine en tomaat. Garneer met de peterselie en maak af met wat citroensap.

TIP: LEKKER MET
EEN EETLEPEL
GRANAATAPPELPITJES
VANAF FASE 3.