PS. food & lifestyle

FASE 1

# Toast met roomkaas, komkommer en verse peterselie

10 minuten | 1 persoon



## VOEDINGSWAARDE

| | |
|---|---|
| **Energie** | **245 Kcal** |
| **Koolhydraten** | **7.1 g** |
| **Eiwitten** | **17.6 g** |
| **Vet** | **10.6 g** |
| **Vezels** | **25.2 g** |

Voedingswaarde per persoon

## INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle witbrood
- 3 tl roomkaas light
- 150 g komkommer
- 1 el verse peterselie
- Peper
- Zout

## BEREIDINGSWIJZE

Toast de sneetjes brood goudbruin onder de grill. Schaaf de komkommer in linten en hak de peterselie grof. Besmeer de sneetjestoast met de roomkaas en beleg met de linten komkommer. Bestrooi met peper en zout en garneer met de verse peterselie.