2A Vegetarisch

Gegrilde courgette in knoflook-kruidenolie

Bereidingstijd
25 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Meng de olijfolie, knoflook, basilicum, citroenrasp en het citroensap goed door elkaar in een kommetje. Smeer de plakjes courgette in met de knoflook-kruidenolie. Laat even intrekken en steek ondertussen de barbecue aan of laat een grillpan goed heet worden. Bak de plakjes om en om goudbruin en gaar. Breng eventueel nog extra op smaak met wat peper en zout.

Ingrediënten

- [ ] ½ courgette in plakjes
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 el vers citroensap
- [ ] ½ tl citroenrasp
- [ ] ½ teentje knoflook, geperst
- [ ] ½ el verse basilicum, fijngehakt
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**159 kcal**
Koolhydraten	**12 g**
Vet	**10 g**
Vezels	**1 g**
Eiwit	**4 g**