

2A Vegetarisch

Salade caprese met avocado en rode ui

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Doe de mozzarella, komkommer, tomaat, avocado en de ui op een diep bord. Besprenkel met de balsamicoazijn en bestrooi met wat zout en peper. Meng alles goed door elkaar. Knijp het partje citroen uit over de salade en maak af met de basilicum.

Ingrediënten

- [ ] 90-100 g mozzarella light
- [ ] ? komkommer in schijfjes
- [ ] 2 trostomaten in stukjes
- [ ] ½ avocado in stukjes
- [ ] ¼ rode ui in ringen
- [ ] ¼ partje citroen
- [ ] 1 el balsamicoazijn
- [ ] 5 blaadjes basilicum, gekneusd en fijngesneden
- [ ] Peper en zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**392 kcal**
Koolhydraten	**12 g**
Vet	**26 g**
Eiwit	**21 g**