



1A+1B

Vlees

Spaghetti met romige spinazie-avocadosaus



Bereidingstijd
20 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Bereid de spaghetti volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de tomaten in kwarten en de gerookte kipfilet in stukjes. Doe de avocado samen met de spinazie, olijfolie en de knoflook in een keukenmachine. Mix tot een romige saus en breng op smaak met peper en zout. Meng vervolgens met de spaghetti, gerookte kipfilet en cherrytomatjes en garneer met basilicum.

Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle spaghetti
- ☐ 40-50 g gerookte kipfilet
- ☐ 75 g tomaten
- ☐ 25 g verse spinazie
- ☐ ½ avocado
- ☐ ½ teentje knoflook
- ☐ 1 el olijfolie
- ☐ 1 takje verse basilicum
- ☐ Peper
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	504 kcal
Koolhydraten	14 g
Vet	32 g
Vezels	28 g
Eiwit	25 g