

2A Vis

Tonijnsalade met feta, tomaatjes en limoendressing

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Maak de dressing door de mayonaise te mengen met het limoensap en wat peper en zout. Leg de sla in een grote kom en verdeel de komkommer, tomaatjes, avocado, feta en de tonijn eroverheen. Maak de salade af met de dressing en eventueel nog wat extra peper.

Ingrediënten

- [ ] 1 klein blikje tonijn (circa 80 g), uitgelekt
- [ ] 75 g feta light in stukjes
- [ ] 50 g gemengde sla
- [ ] 100 g komkommer in stukjes
- [ ] 100 g cherrytomaatjes, gehalveerd
- [ ] ¼ avocado in stukjes
- [ ] 1 el mayonaise
- [ ] ½ el vers limoensap
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**452 kcal**
Koolhydraten	**8 g**
Vet	**29 g**
Vezels	**5 g**
Eiwit	**36 g**