1A+1B

Vegetarian

Mehrkorn-Brötchen mit Ziegenkäse und gegrillter Zucchini

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Zucchinistreifen mit dem Olivenöl bestreichen und mit etwas Pfeffer und Salz bestreuen. In einer Grillpfanne oder einem Kontaktgrill grillen bis die Streifen goldbraun werden. Das Mehrkorn-Brötchen halbieren und mit dem Ziegenkäse bestreichen. Mit der gegrillten Zucchini belegen und mit dem Balsamicoessig abschließen.

Zutaten

- [ ] 1 PS. food & lifestyle meerzaden bolletje
- [ ] 3 TL frischer Ziegenkäse
- [ ] 100 g Zucchini in Streifen
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] 1 EL Balsamicoessig
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**303 kcal**
Kohlenhydrate	**11 g**
Fett	**19 g**
Eiweiß	**16 g**