1A+1B Vegetarian

Toast mit Hüttenkäse, frischem Spinat und Tomate

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Eine Brotscheibe mit dem Hüttenkäse, Hähnchenfilet, Tomatenscheiben und Spinat belegen. Mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Mit der anderen Scheibe abdecken und unter den Grill legen. Mit der Gurke und evtl. restlichen Tomatenscheiben servieren.

Zutaten

- [ ] 1 Packung PS. food & lifestyle witbrood
- [ ] 2 Scheiben Hähnchenfilet
- [ ] 3 TL Hüttenkäse
- [ ] 1 Tomate in Scheiben
- [ ] 100 g Gurke in Scheiben
- [ ] Handvoll frischer Spinat
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**284 kcal**
Kohlenhydrate	**9 g**
Fett	**10 g**
Eiweiß	**23 g**