

# Caesarsalade met ei, ham en eigengemaakte croutons

PS  
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 35 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Besmeer één sneetje met de olijfolie. Laat een pan goed heet worden en bak het sneetje om en om goudbruin en krokant. Bestrooi tijdens het bakken met de Italiaanse kruiden. Haal het brood uit de pan en snijd er croutons van. Meng ondertussen de ingrediënten voor de dressing met elkaar. Doe de sla op een diep bord en verdeel de ham, tomaat, croutons en het ei eroverheen. Besprenkel met de dressing. Serveer met het andere sneetje brood.

*Tip:  
vanaf fase 2A kun  
je wat geraspte  
Parmezaanse kaas  
door de dressing doen en  
eventueel wat over  
de salade strooien.*

## Ingrediënten:

- 1 zakje PowerSlim witbrood
- 1 klein gekookt ei (maat m) in stukjes
- 1 plakje ham, uitgebakken en in stukjes
- 1 klein kropje Romeinse sla in stukjes
- 1 tomaat in stukjes
- 1 el olijfolie
- 2 tl Italiaanse kruiden

## Caesar dressing:

- 1 el mayonaise
- 1/2 teentje knoflook
- 5 blaadjes basilicum, fijngehakt
- 1 ansjovis in stukjes gesneden



KCAL

487

EIWITTEN

28,1 g

KOOL-  
HYDRATEN

8,2 g

VETTEN

32,2 g

FASE 1A + 1B