

Geroosterd brood met geitenkaas en gebakken appel

PS
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Rooster het brood en de schijfjes appel onder de contactgrill. Beleg vervolgens het brood met de geitenkaas, gebakken appel, eventueel wat blaadjes spinazie en besprenkel met een halve eetlepel balsamicoazijn. Maak een dressing van de rest van de balsamicoazijn, de olijfolie en wat peper en zout. Maak een salade van de spinazie en de tomaatjes en besprenkel met de dressing. Serveer bij het gegrilde brood met geitenkaas en appel.



Ingrediënten:

- 1 zakje PowerSlim sesam-lijnzaadbrood
- 40-50 g verse geitenkaas
- 1/2 appel in schijfjes
- Hand verse spinazie
- 100 g kerstomaatjes, gehalveerd
- 1 el olijfolie
- 1 el balsamicoazijn
- Peper en zout



KCAL

425

EIWITTEN

22,5 g

KOOL-
HYDRATEN

17 g

VETTEN

24 g

FASE 2A