1A+1B Vegetarisch

Andijviesalade met ei en avocado

Bereidingstijd
20 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Kook de eieren tussen hard en zacht in. Laat iets afkoelen. Snijd ondertussen de tomaat in stukjes, de komkommer en avocado in plakjes en de rode ui in halve ringen. Maak een dressing van de olijfolie, mosterd, het citroensap en wat peper en zout. Leg de andijvie in een diep bord en verdeel de eieren, tomaat, rode ui, avocado en komkommer eroverheen. Maak de salade af met de dressing.

Ingrediënten

- [ ] 2 eieren
- [ ] 100 g tomaat
- [ ] 75 g andijvie
- [ ] 50 g komkommer
- [ ] ½ avocado
- [ ] ¼ rode ui
- [ ] 1 tl citroensap
- [ ] ½ tl mosterd
- [ ] 1 ½ el extra vierge olijfolie
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**410 kcal**
Koolhydraten	**7 g**
Vet	**34 g**
Vezels	**5 g**
Eiwit	**15 g**