1A+1B Vis

Boerenkoolsalade met gerookte zalm

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Verdeel de boerenkool over een bord. Besprenkel met de olijfolie, het citroensap, wat peper en meng goed door elkaar. Verdeel de zalm, komkommer en de rode ui over de boerenkoolsalade.

Ingrediënten

- [ ] 150-200 g gerookte zalm
- [ ] 50 g boerenkool
- [ ] ½ komkommer in schijfjes
- [ ] ½ rode ui in ringen
- [ ] 1,5 el olijfolie
- [ ] Sap van een partje citroen
- [ ] Peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	**482 kcal**
Koolhydraten	**8 g**
Vet	**32 g**
Eiwit	**36 g**