PS. food & lifestyle

2A Vegetarisch

Gegratineerde bloemkool met mozzarella

Bereidingstijd
30 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200 °C. Kook de bloemkoolroosjes circa 8 minuten in kokend water met een beetje zout. Vet het ovenschaaltje in met de olijfolie en schep de bloemkool in de ovenschaal. Leg de plakjes mozzarella erbovenop. Bestrooi met een beetje peper, zout en de oregano. Gratineer de bloemkool circa 10 minuten in de voorverwarmde oven. Verdeel als laatste de reepjes zongedroogde tomaat over de gegratineerde bloemkool.

Ingrediënten

- [ ] 90-100 g mozzarella light in plakjes
- [ ] 200 g bloemkool in roosjes
- [ ] 3 zongedroogde tomaatjes in reepjes
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 tl gedroogde oregano
- [ ] Peper
- [ ] Zout
- [ ] Extra: Ovenschaaltje

Voedingswaarden per persoon

Energie	**328 kcal**
Koolhydraten	**14 g**
Vet	**18 g**
Eiwit	**22 g**