PS. food & lifestyle

3 Vegetarisch

Gegrilde zoete aardappel met ei, avocado en cherrytomaatjes

Bereidingstijd
25 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Bestrijk de plakken zoete aardappel met de olijfolie. Laat een grillpan goed heet worden en gril de plakken in circa 15 minuten gaar. Keer de plakken regelmatig om. Laat de plakken even afkoelen en verdeel de avocado en de plakjes ei over de zoete aardappel. Bestrooi met chiazaad en serveer met de cherrytomaatjes.

Ingrediënten

- [ ] 2 gekookte eieren in plakjes
- [ ] 200 g cherrytomaatjes
- [ ] 2 plakken van een grote zoete aardappel van circa 1-2 cm dik
- [ ] ½ avocado
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 tl chiazaad

Voedingswaarden per persoon

Energie	**651 kcal**
Koolhydraten	**47 g**
Vet	**40 g**
Eiwit	**18 g**