



3

Vis

Gevulde tomaatjes met Hollandse garnalen



Bereidingstijd
10 minuten



Porties
Voor 4 personen

Bereidingswijze

- 1 Maak een dressing van de olijfolie, mosterd, verse dille, citroensap en witte wijnazijn. Was de tomaten en snij het topje er af. Hol de
- 2 tomaatjes uit. Meng de garnalen met de mosterd dille dressing en meng de komkommerblokjes erdoor. Vul de tomaatjes met het
- 3 mengsel van garnalen. Serveer de tomaten op een bedje van sla en werk af met een beetje bieslook.

Ingrediënten

- ☐ 8 cherrytomaatjes
- ☐ 50 g grijze garnalen
- ☐ Hand gemengde sla
- ☐ 40 g komkommer in kleine blokjes
- ☐ Paar druppels citroensap
- ☐ 1 el olijfolie
- ☐ 1 tl sterke mosterd
- ☐ 1 el witte wijnazijn
- ☐ 1 tl bieslook, fijngehakt
- ☐ 1 tl verse dille, fijngehakt

Voedingswaarden per persoon

Energie	45 kcal
Koolhydraten	1 g
Vet	3 g
Eiwit	2 g