1A+1B Vis

Haring op toast met radijs en komkommer

Bereidingstijd
5 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Meng de haring met de radijs, komkommer en de azijn en laat 10 minuten in de koelkast marineren. Meng de mosterd met de mayonaise en besmeer hiermee de toast. Beleg de toast met het haringsalsa en maak af met de ringen rode ui.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle toast
- [ ] 1 kleine haring, in stukjes
- [ ] ¼ komkommer, in plakjes
- [ ] 50 g radijs, in plakjes
- [ ] ¼ rode ui, in ringen
- [ ] 1 el azijn
- [ ] 3 tl sterke mosterd
- [ ] 1 tl mayonaise

Voedingswaarden per persoon

Energie	**305 kcal**
Koolhydraten	**10 g**
Vet	**13 g**
Eiwit	**30 g**