1A+1B Vegetarisch

# Meerzaden bolletje met geitenkaas en gegrilde courgette

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

## Bereidingswijze

1. Bestrijk de linten courgette met de olijfolie en bestrooi met wat peper en zout. Gril in een grillpan of contactgrill totdat de linten goudbruin kleuren. Snijd het meerzaden bolletje doormidden en besmeer met de geitenkaas. Beleg met de gegrilde courgette en maak af met de balsamicoazijn.

## Ingrediënten

- [ ] 1 PS. food & lifestyle meerzaden bolletje
- [ ] 3 tl verse geitenkaas
- [ ] 100 g courgette in linten
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 el balsamicoazijn
- [ ] Peper
- [ ] Zout

## Voedingswaarden per persoon

| | |
|---|---|
| Energie | **303 kcal** |
| Koolhydraten | **11 g** |
| Vet | **19 g** |
| Eiwit | **16 g** |