PS. food & lifestyle

2B Vegetarisch

Mozzarella torentje met basilicumdressing

Bereidingstijd
30 minuten

Porties
Voor 4 personen

Bereidingswijze

1. Rooster de pijnboompitten goudbruin in een droge koekenpan en laat deze afkoelen. Schep de stukjes tomaat in een kom en bestrooi met wat peper en zout. Schep de avocado in een andere kom, besprenkel de stukjes met het citroensap en meng ze voorzichtig door elkaar. Zet alles even apart. Doe ondertussen de basilicum, knoflook en wat zout in de keukenmachine en voeg een eetlepel olijfolie toe. Laat deze even draaien en voeg eventueel nog een eetlepel olijfolie toe totdat er een smeuïge dressing ontstaat.
2. Zet de kookring op de borden waar je het gerecht op gaat serveren. Vul de kookring eerst met de stukjes tomaat en druk even goed aan. Verdeel vervolgens de avocado eroverheen en leg als laatste de plakjes mozzarella er bovenop. Haal de kookring voorzichtig van het torentje af en herhaal deze stap voor de andere drie torentjes. Besprenkel ieder torentje met de basilicumdressing en verdeel de pijnboompitten eroverheen. Garneer eventueel met wat blaadjes basilicum.
3. Let op! Dit is een voorgerecht voor speciale gelegenheden en feestdagen.

Ingrediënten

- [ ] 4 tomaten in kleine stukjes
- [ ] 2 eetrijpe avocado's in kleine stukjes
- [ ] 2 bollen mozzarella light in plakjes
- [ ] Blaadjes van 1 basilicumplantje (circa 30 g), houd eventueel wat blaadjes apart voor de garnering
- [ ] 1 teentje knoflook
- [ ] 2 el pijnboompitten
- [ ] Olijfolie
- [ ] Sap van een halve citroen
- [ ] 2 tl Italiaanse kruiden
- [ ] Peper en zout
- [ ] Extra: 1 kookring van 9 cm en een keukenmachine

Voedingswaarden per persoon

Energie	**301 kcal**
Koolhydraten	**6 g**
Vet	**23 g**
Vezels	**3 g**
Eiwit	**14 g**