PS. food & lifestyle

3 Vegetarisch

Pastasalade met bramen, geitenkaas en avocadospread

Bereidingstijd
20 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Bereid de penne volgens de aanwijzingen op de verpakking en laat afkoelen. Snijd de radijsjes en de helft van de avocado in plakjes en de komkommer in halve plakjes. Rol kleine balletjes van de geitenkaas en rol deze door de sesamzaadjes. Maak een dressing door de overige avocado te prakken en te mengen met de citroensap en breng op smaak met peper en zout. Verdeel de penne over een bord samen met de sla, groenten, geitenkaas balletjes en bramen. Garneer met de avocadospread en munt.

Ingrediënten

- [ ] 50 g PS. penne
- [ ] 50 g geitenkaas
- [ ] 75 g bramen
- [ ] 100 g komkommer
- [ ] 50 g radijs
- [ ] 50 g gemengde sla
- [ ] ½ avocado
- [ ] 1 el sesamzaadjes
- [ ] 1 tl citroensap
- [ ] 2 g verse munt
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**482 kcal**
Koolhydraten	**22 g**
Vet	**25 g**
Vezels	**21 g**
Eiwit	**27 g**