1A+1B Vlees

Salade met gegrilde ham en bbq croutons

Bereidingstijd
5 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Laat een grillpan goed heet worden en gril de plakken rauwe ham circa 1-2 minuten tot ze een beetje krokant zijn. Leg de sla samen met de tomaat en de ui op een bord. Meng de mayonaise met de mosterd en de zoetstof en leng aan met een klein beetje water tot de gewenste dikte is bereikt. Breng op smaak met peper. Verdeel de krokant gebakken ham en de barbecue snack over de salade. Besprenkel met de dressing.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle Barbecue snack
- [ ] 3-4 plakjes rauwe ham
- [ ] 100 g gemengde sla
- [ ] 1 tomaat, in partjes
- [ ] 0.5 rode ui, in ringen
- [ ] 1 el mayonaise
- [ ] 1 tl mosterd
- [ ] 1 druppel zoetstof
- [ ] peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	**307 kcal**
Koolhydraten	**13 g**
Vet	**15 g**
Eiwit	**27 g**