



2B

Vis

## Salade van pasta en makreel



Bereidingstijd  
20 minuten



Porties  
Voor 1 persoon

### Bereidingswijze

- 1 Kook de penne volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en roer de olie en de pesto door de warme pasta. Voeg de olijven, basilicum en makreel toe. Breng op smaak met een beetje peper en zout. Verdeel de rucola en de komkommer er over. Schep de lauwwarme pasta op een bord.

### Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle penne
- ☐ 40-50 g gerookte makreel, in grove stukken
- ☐ 1 el olijfolie
- ☐ 1 tl pesto rosso
- ☐ 5 groene olijven zonder pit, in stukjes
- ☐ 5 blaadjes verse basilicum
- ☐ 50 g rucola
- ☐ 150 g komkommer, in reepjes

### Voedingswaarden per persoon

|              |          |
|--------------|----------|
| Energie      | 333 kcal |
| Koolhydraten | 6 g      |
| Vet          | 21 g     |
| Eiwit        | 28 g     |