2A Vegetarisch

Spiesjes van flensjes en aardbeien

Bereidingstijd
5 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Bereid het flensje volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat iets afkoelen en besmeer met de aardbeienjam. Rol het flensje strak op, snijd in stukjes en rijg om en om met de aardbeien aan een spiesje. Eet de overige aardbeien er los naast.

Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle flensjes appel-karamel
- ☐ 3 tl PS. food & lifestyle aardbeienjam
- ☐ 100 g aardbeien
- ☐ ½ el olijfolie

Voedingswaarden per persoon

Energie	**208 kcal**
Koolhydraten	**10 g**
Vet	**8 g**
Vezels	**2 g**
Eiwit	**20 g**