PS. food & lifestyle

1A+1B Vlees

Toast met kalkoenfilet

Bereidingstijd
5 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Besmeer de toast met de zuivelspread en beleg met de kalkoenfilet, sla en tomaat en een paar schijfjes komkommer. Breng op smaak met peper en zout. Serveer met de overige schijfjes komkommer.

Ingrediënten

- ☐ 1 pakje PS. food & lifestyle toast
- ☐ 40-50 g kalkoenfilet
- ☐ 1 el zuivelspread light
- ☐ 1 handje gemengde sla
- ☐ 100 g tomaat, in schijfjes
- ☐ ¼ komkommer, in schijfjes
- ☐ Peper
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**226 kcal**
Koolhydraten	**9 g**
Vet	**5 g**
Eiwit	**29 g**