

Chickenwrap met tomaat, avocado en honing-mosterddressing

PS
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Kruid de kipfilet met peper, zout en paprikapoeder. Verhit de olijfolie in een pan en bak de kipfilet goudbruin en gaar. Beleg de wrap met de kropsla, wat stukjes tomaat, avocado, rode ui en de kipfilet. Maak af met de honing-mosterddressing. Serveer met de stukjes tomaat die je over hebt.

*Tip:
vanaf fase 2A
lekker met een
halve plak
30+ kaas.*

Ingrediënten:

- 1 PowerSlim wrap
- 1 el PowerSlim honing-mosterddressing
- 40-50 g kipfilet in stukjes
- Flinke hand kropsla
- 100 g tomaat in stukjes
- 1/4 avocado
- 1/4 rode ui, gesnipperd
- 1/2 el olijfolie
- Paprikapoeder
- Peper en zout

KCAL

419

EIWITTEN

26,5 g

KOOL-
HYDRATEN

9,3 g

VETTEN

28,6 g

FASE 1A + 1B