

Meerzaden bolletje met geitenkaas en gegrilde courgette

PS
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 15 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Bestrijk de linten courgette met de olijfolie en bestrooi met wat peper en zout. Grill in een grillpan of contactgrill totdat de linten goudbruin kleuren. Snijd het meerzaden bolletje doormidden en besmeer met de geitenkaas. Beleg met de gegrilde courgette en maak af met de balsamicoazijn.



Ingrediënten:

- 1 PowerSlim meerzaden bolletje
- 3 tl verse geitenkaas
- 100 g courgette in linten
- 1 el olijfolie
- 1 el balsamicoazijn
- Peper en zout

KCAL

303

EIWITTEN

16,1 g

KOOL-
HYDRATEN

11,6 g

VETTEN

19 g

FASE 1A + 1B