



KCAL	EIWITTEN	KOOL- HYDRATEN	VETTEN
474	28,3 g	20,4 g	30,1 g

Ingrediënten:

1 portie (50 g)

PowerSlim Balance penne

100 g kastanjechampignons

in plakjes

50 g aubergine in blokjes

50 g gele paprika in blokjes

50 g mozzarella in blokjes

2 el olijfolie

1 el balsamicoazijn

Verse basilicum

Peper en zout



VANAF FASE 3A

PENNE MET MOZZARELLA EN GEGRILDE GROENTE

Bereidingswijze:

Kook de penne 10 minuten in ruim water met zout. Verhit 1 eetlepel olie in een wok en roerbak de paprika, aubergine en champignons circa 5 minuten. Meng in een kom de overgebleven olie met de balsamicoazijn tot een dressing. Giet de penne af en voeg samen met de groentes toe aan de wokpan. Voeg de mozzarella toe en breng op smaak met de dressing, peper en zout. Garneer met basilicumblaadjes.

Tip: ook lekker met geraspte parmezaanse kaas eroverheen



30 min



1 persoon