

Volkoren cracker met homemade eiersalade

PS
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 2 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Meng het ei met de ui, kweek en mayonaise. Breng op smaak met de kruiden. Verdeel de eiersalade vervolgens over de volkoren cracker. Maak een salade van de gemengde sla, tomaat en mosterd-dille dressing en serveer bij de cracker.



Ingrediënten:

- 1 el PowerSlim mosterd-dille dressing
- 1-2 volkoren crackers
- 50 g gemengde sla
- 100 g tomaat
- 2 gekookt eieren, kleingesneden
- 1 el ui gesnipperd
- 1 el halfvolle kwark
- ½ el mayonaise
- 1 el bieslook, gehakt
- ½ tl kerriepoeder
- zout



KCAL

289

EIWITTEN

16,4 g

KOOL-
HYDRATEN

11,6 g

VETTEN

18,9 g

FASE 2B