



## Belegd PUUR® krokantje

(1 persoon, 5 min. bereidingstijd)

### Benodigheden:

- 1 PUUR krokantje
- 2 plakjes biologische kalkoenfilet
- Rucola
- 3 Schijfjes appel
- Rode pesto



### Bereiding:

Besmeer een knapperig PUUR krokantje met een beetje rode pesto, beleg het met de rucola, plakjes biologische kalkoenfilet en schijfjes appel. Eet smakelijk!

### Voedingswaarde 100 g

Energie	985 kJ 235 kcal
Vetten	10,3 g
waarvan verzadigde vetzuren	1,9 g
Koolhydraten	20,4 g
waarvan suikers	2,4 g
Vezels	3,1 g
Eiwitten	13,6 g
Zout	1,2 g