



PUUR® sandwich

(3 personen, 10 min. bereidingstijd)

Benodigheden:

9 sneetjes PUUR brood
¼ kopje tuinkruidendressing
2 eieren, hardgekookt in plakjes
100 g. geraspte geitenkaas 30+
1 avocado in plakjes
Gemengde veldsla
Plakjes tomaat
Kalkoenfilet



Bereiding:

Rooster het brood en besprenkel dit met de dressing. Leg op 3 sneetjes PUUR sla, kaas en ei. Leg daarop 3 sneetjes PUUR en beleg deze met tomaat, avocado en de kalkoenfilet. Leg de laatste sneetjes PUUR erop. Steek er een houten prikker doorheen zodat ze niet uit elkaar vallen.

Eet smakelijk!

Voedingswaarde 100 g

Energie	792 kJ 189 kcal
Vetten	10,1 g
waarvan verzadigde vetzuren	3,6 g
Koolhydraten	12,9 g
waarvan suikers	2,2 g
Vezels	2,4 g
Eiwitten	10,4 g
Zout	0,8 g