

Biefstuk a la caprese

PS
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Verwarm de oven voor op 200 °C. Kruid de biefstuk met zout en peper. Leg de plakken biefstuk, tomaat en mozzarella om en om in een ovenschaal. Verdeel de pesto erover en maal er zwarte peper over. Zet de schaal 12-15 minuten in de oven. Bij hele dunne plakken kun je de oventijd wat verkorten. Sprengel een klein beetje olijfolie extra vierge over het gerecht voordat je het serveert.



Ingrediënten:

- 100-120 g biefstuk in plakjes
- ½ bol mozzarella light, in dunne plakjes
- 2 tomaten, in plakken
- 1 el pesto
- Zeezout
- Zwarte peper
- Olijfolie extra vergine



KCAL

346

EIWITTEN

36,3 g

KOOL-
HYDRATEN

5,8 g

VETTEN

19,4 g

FASE 2B