

Rode bieten salade feta

PS
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 10 MINUTEN



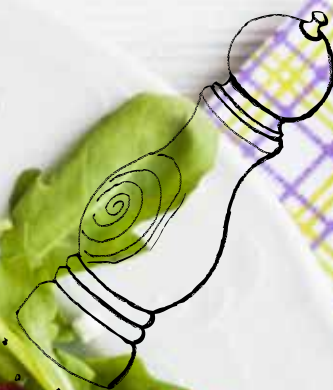
1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Doe de bieten in een kom samen met de walnoten, balsamicoazijn, olijfolie, zout en peper. Roer dit goed door. Verdeel de rucola over een bord en schep de rode bieten met de walnoten eroverheen. Bestrooi de salade met de feta.

Tip:
vervang de feta
light door verse
geitenkaas.



Ingrediënten:

- 90-100 g feta light
- 250 g gekookte rode bieten in blokjes
- 25 g rucola
- 5 walnoten, gehalveerd
- 1 el balsamicoazijn
- 1 el olijfolie
- Zout en Peper



KCAL

449

EIWITTEN

22,9 g

KOOL-
HYDRATEN

17,7 g

VETTEN

29,6 g

FASE 2B