

TONIJNSALADE MET FETA, TOMAAJTJES EN LIMOENDRESSING



15 minuten



1 persoon

INGREDIËNTEN

- 1 klein blikje tonijn (circa 80 g), uitgelekt
- 75 g feta light in stukjes
- 50 g gemengde sla
- 100 g komkommer in stukjes
- 100 g cherytomaatjes, gehalveerd
- 1/4 avocado in stukjes
- 1 el mayonaise
- 1/2 el vers limoensap
- Peper en zout

BEREIDINGSWIJZE

Maak de dressing door de mayonaise te mengen met het limoensap en wat peper en zout. Leg de sla in een grote kom en verdeel de komkommer, tomaatjes, avocado, feta en de tonijn eroverheen. Maak de salade af met de dressing en eventueel nog wat extra peper.

FASE 2A



452

Kcal

36 g

Eiwitten

8,2 g

Koolhydraten

29,2 g

Vetten

5,1 g

Vezels