1A+1B Meat

Bagel met pittige mayonaise en ossenworst

Bereidingstijd
5 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Meng de mayonaise met de sambal oelek. Snijd de komkommer in plakjes en de bagel doormidden. Besmeer de bagel met de pittige mayonaise. Leg hier bovenop een paar plakjes komkommer en beleg met de ossenworst. Maak af met alfalfa en eet de overige komkommer en los naast. Breng op smaak met versgemalen peper.

Ingrediënten

- [ ] 1 PS. food & lifestyle bagel
- [ ] 3 plakjes ossenworst
- [ ] 200 g komkommer
- [ ] 5 g alfalfa
- [ ] 1 el mayonaise
- [ ] 1 tl sambal oelek
- [ ] Versgemalen peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	**346 kcal**
Koolhydraten	**8 g**
Vet	**23 g**
Vezels	**14 g**
Eiwit	**19 g**