2B Meat

Biefstuk a la caprese

Bereidingstijd
20 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. 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
2. plakken kun je de oventijd wat verkorten. Sprenkel een klein beetje olijfolie extra vierge over het gerecht voordat je het serveert.

Ingrediënten

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

Voedingswaarden per persoon

Energie	**346 kcal**
Koolhydraten	**5 g**
Vet	**19 g**
Eiwit	**36 g**