2A Fish

Salade met gamba’s en aardbeien

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Meng de ingrediënten voor de dressing door elkaar in een kommetje en zet even apart. Verhit de olijfolie in een pan en bak de gamba’s, samen met de knoflook, roze en gaar in circa 3-5 minuten. Breng op smaak met een beetje zout. Doe de rucola, komkommer, aardbeien en avocado op een bord en schep een paar keer om. Verdeel de gamba’s over de salade en maak af met de dressing.

Ingrediënten

- [ ] 150-200 g gamba's
- [ ] 50 g rucola
- [ ] 200 g komkommer in stukjes
- [ ] 100 g aardbeien, gehalveerd
- [ ] 1 teentje knoflook, geperst
- [ ] ¼ avocado in stukjes
- [ ] ½ el olijfolie
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**438 kcal**
Koolhydraten	**11 g**
Vet	**26 g**
Eiwit	**35 g**