



1A+1B

Vegetarian

## Toast met cottage cheese, tomaat en rucola



Bereidingstijd  
10 minuten



Porties  
Voor 1 persoon

### Bereidingswijze

- 1 Besmeer de toast met de cottage cheese en beleg met de tomaat en rucola. Breng op smaak met peper en zout.

### Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle toast classic
- ☐ 100 g cherrytomaat, gehalveerd
- ☐ Handje rucola
- ☐ 3 tl cottage cheese
- ☐ Peper en zout

### Voedingswaarden per persoon

|              |          |
|--------------|----------|
| Energie      | 130 kcal |
| Koolhydraten | 6 g      |
| Vet          | 3 g      |
| Eiwit        | 17 g     |