

Snijbonensalade met gegrilde paprika



1. Maak de snijbonen schoon en snijd ze in ruiten. Kook de snijbonen in weinig water net gaar. 2. Snijd het stukje ui heel fijn. 3. Maak van de azijn met de ui, de olie, 1 eetlepel water en peper een dressing en schep die door de nog warme snijbonen. 4. Laat de groente afkoelen. 5. Snijd de paprika in stukjes en scheur de blaadjes basilicum. Meng dit door de bonen. *Menusuggestie: Lekker met een vegetarische schnitzel en aardappelpuree. Bron: Voedingscentrum.*

Koken : 20

Totaal : 20 min

Ingrediënten

300 gram snijbonen

8 blaadjes basilicum

ca. 1 eetlepel azijn

1 eetlepel olie

stukje ui

100 gram gegrilde paprika (koeling zonder zout)

Recept

1. Maak de snijbonen schoon en snijd ze in ruiten. Kook de snijbonen in weinig water net gaar.
2. Snijd het stukje ui heel fijn.
3. Maak van de azijn met de ui, de olie, 1 eetlepel water en peper een dressing en schep die door de nog warme snijbonen.
4. Laat de groente afkoelen.
5. Snijd de paprika in stukjes en scheur de blaadjes basilicum. Meng dit door de bonen.

Menusuggestie: Lekker met een vegetarische schnitzel en aardappelpuree. Bron: Voedingscentrum.

Voedingswaarden

calories : 95 calories

fat : 5.04 grams

carbohydate : 5.42 grams

proteïn : 3.22 grams

<https://www.veggipedia.nl/recepten/snijbonensalade>