Toast met zalm

met Vita+ Volkoren

Hoofdgerecht Ontbijt Snack Aperitiefhapje Feest

4 personen

5 min



Geen inspiratie voor het beleg van jouw boterham? Probeer dan eens deze gezonde variant van de klassieke toast. Met volkoren brood, kruidenkaas en gerookte zalm. Vita+ volkorenbrood is rijk aan vezels en is een bron van magnesium en ijzer. Zalm heeft dan weer een hoog eiwitgehalte en is rijk aan omega-3 vetzuren en vitamines D. Geef jouw lichaam een gezonde boost met dit heerlijk en gemakkelijk recept.

Ingrediënten

- Vita+ Volkoren brood
- Gerookte zalm
- Kaas met fijne kruiden
- Rode ui
- Bieslook
- Waterkers

1. Smeer een dikke laag kaas met fijne kruiden op een Vita+ Volkoren boterham.
2. Leg er vervolgens de gerookte zalm en de stukjes rode ui bovenop, gevolgd door de bieslook en waterkers.



Dit recept is gemaakt met Vita+ Volkoren

Met 40 % volkorengranen is dit volkorenbrood rijk aan vezels. Of je nu gaat voor ontbijt of lunch, de heerlijke smaak van dit brood past perfect bij zoet of zout beleg.