



Superfood sandwich



Bereidingstijd

< 30 min



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

4 sneden volkorenbrood
2 1/2 eetlepels hummus (kant-en-klaar)
1 avocado
1 bakje rucola
2 wortels (in dunne reepjes gesneden)
1/8 rode kool (fijngesneden)
4 plakjes oude kaas

Bereidingswijze

- 1.** Bestrijk de sneetjes brood met hummus.
- 2.** Schil de avocado, verwijder de pit en snij het vruchtvlees in reepjes.
- 3.** Beleg het brood met rucola, wortelreepjes, rode kool, kaas en avocado. Maak hiervan 2 dikke sandwiches.