

Naam:

Klas: Datum:

Broodje gezond

Voor 10 broodjes

Vorbereiding: 30 min

Bereiding: 15 min

Ingrediënten

- 10 voorgebakken witte of bruine broodjes
- 10 eieren
- ½ krop ijsbergsla
- 3 tomaten
- ½ komkommer
- 5 wortels
- Peper, zout
- Mayonaise



Bereiding

- De oven voorverwarmen op 220°C.
- De broodjes bevochtigen
- De broodjes 10 min bakken in de oven, laten afkoelen.

- De eitjes hard koken (10 min), laten schrikken onder koud water en laten afkoelen.
- De eitjes pellen
- De eitjes in schijfjes snijden

- De ijsbergsla wassen, drogen en fijnsnijden.
- De wortels schillen en raspen (met de keukenrobot)
- De komkommer wassen en in fijne schijfjes snijden.
- De tomaatjes wassen en in fijne schijfjes snijden.

- De afgekoelde broodjes halveren
- Bestrijken met een eetlepel mayonaise
- De broodjes beleggen met de groentjes en het eitje
- Eventueel kruiden met peper en zout.

Bron foto: <https://www.lekkerensimpel.com/broodje-spaans-gezond/>