Griekse salade
RECEPT

Salade Grecque

TIJD	15 min
INGREDIËNTEN	5 producten
DOEN	2 porties

Une envie de fraîcheur ? L’association de la feta, de l’olive, de la tomate et du riz de la salade Grecque est parfaite pour vos soirées d’été.

INGREDIËNTEN

- 100 g fetakaas
- 1 handvol zwarte olijven
- Aromatische kruiden
- Kerstomaten
- 1 builtje Ben's Original™ Rijst met tomaat en olijfolie

BEREIDING

1. Warm het builtje Ben's Original™ rijst met tomaat en olijfolie op in de microgolfoven volgens de aanwijzingen op de achterkant van de verpakking.
2. Snijd de kerstomaatjes in stukjes en breng op smaak met een scheutje olijfolie, zout en peper.
3. Voeg de feta en de olijven toe.
4. Voeg de aromatische kruiden toe.

VOEDINGSWAARDEN PER 100G

- Energetische waarde 182 kcal 767 kJ
- Vetten 4,9 g
- waarvan verzadigde vetten 1,6 g
- Koolhydraten 30 g
- waarvan suikers 1,8 g
- Voedingsvezels 1,5 g
- Eiwit 4 g
- Zout 0,66 g

CATÉGORIES:

Gemakkelijk, Vegetarisch, Wereldkeuken, Gemakkelijk en snel, Voorgekookte rijst

MEER RECEPTEN ZOALS DEZE



Gehaktballetjes met groenten

Tijd

45 min

Ingrediënten

11 producten



Kabeljauw, rijst en groenten op mediterrane wijze

Tijd

30 min

Ingrediënten

9 producten



Rijst op mediterrane wijze en kip teriyaki

Tijd

35 min

Ingrediënten

12 producten

Source URL: *https://be.bensoriginal.com/recepten/Griekse-salade*