

Roergebakken spinazie

Voorgerecht voor 2 personen

Bereidingstijd: 15 minuten

Ingrediënten:

2 eetlepels olijfolie

1 ui, in plakjes

2 tomaten, in plakjes

300 gram wilde spinazie

50 ml limoensap

peper

zout

Bereiding:

1. Verhit de olie in een pan en rooster hierin de ui en de tomaat.
2. Voeg de spinazie toe en roerbak deze kort mee.
3. Breng op smaak met het limoensap, de peper en het zout.

Voedingswaren per portie:

175 kcal

4 gram eiwit

15 gram vet

6 gram koolhydraten