1A+1B Fisch

Grünkohlsalat mit geräuchertem Lachs

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Den Grünkohl auf einem Teller verteilen. Mit Olivenöl, Zitronensaft und etwas Pfeffer besprenkeln und gut durchmischen. Lachs, Gurke und rote Zwiebel über den Grünkohlsalat verteilen.

Zutaten

- [ ] 150-200 g geräucherter Lachs
- [ ] 50 g Grünkohl
- [ ] ½ Gurke in Scheiben
- [ ] ½ rote Zwiebel in Ringen
- [ ] 1,5 EL Olivenöl
- [ ] Saft einer Zitronenspalte
- [ ] Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	**482 kcal**
Kohlenhydrate	**8 g**
Fett	**32 g**
Eiweiß	**36 g**