1A+1B

Pita mit geräuchertem Hähnchen und Guacamole

Zubereitungszeit
10 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Das Mediterrane Brötchen unter dem Grill goldbraun rösten. In der Zwischenzeit Tomate und geräuchertes Hähnchenfilet in Scheiben schneiden und den Knoblauch pressen. Die Avocado mit einer Gabel fein zerdrücken und mit Knoblauch, Limettensaft und etwas Pfeffer und Salz vermengen. Gut durchrühren. Das Brötchen aufschneiden und mit Tomate, Hähnchenfilet, Salat und der Guacamole füllen.

Zutaten

- [ ] 1 PS. Mediterraan broodje
- [ ] 40-50 g geräuchertes Hähnchen
- [ ] 100 g Tomate
- [ ] Handvoll Feldsalat
- [ ] ½ Avocado
- [ ] ½ Knoblauchzehe
- [ ] 1 TL Limettensaft
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**283 kcal**
Kohlenhydrate	**11 g**
Fett	**15 g**
Ballaststoffe	**20 g**
Eiweiß	**21 g**