

BROODJE MAKREEL - Lunchgerecht

BEREIDING

Een zonnebloempitbroodje met jonge spinazieblaadjes (of een paar blaadjes sla, rucola of jonge fijngesneden andijvie) en eigengemaakte makreelsalade: blikje makreel (op water) mengen met een fijn gesnipperd sjalotje, een paar geraspte worteltjes, 5 klein gesneden olijven, dille en verse peterselie. Als dressing gebruik je 3 eetlepels magere yoghurt, 1/2 eetlepel mayonaise en een beetje peper. Roer de ingrediënten voor de dressing door elkaar en vermeng de dressing met het makreelmengsel. Beleg het broodje rijkelijk met groene blaadjes en de salade.

Eet smakelijk!!

