



150 gram
groenten per
portie *

Boterham met vegan kruidenroomkaas en gegrilde groenten

Onze vegan roomkaas is een heerlijke, plantaardige variant van traditionele roomkaas, verrijkt met een frisse mix van kruiden en knoflook. Gemaakt van biologische soja, zonder kunstmatige toevoegingen, en volledig lactosevrij. Dankzij de romige textuur en smaakvolle kruidenmix is deze vegan roomkaas heerlijk op brood of op toastjes.

15 min | 453 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Desembrood meerzaden	g	100	200	300	400
Groenten van het seizoen	g	150	300	450	600
Vegan roomkaas kruiden-knoflook	g	35	70	105	140

zelf toevoegen:

Olijfolie	el	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm per persoon twee sneetjes brood in een broodrooster.
2. Kies stevige groenten van het seizoen. Was de groenten en snijd klein. Verwarm een grillpan en gril de plakjes totdat er mooie grillstrepen ontstaan. Als je geen grillpan hebt kun je de groente ook gewoon bakken in een bakpan.
3. Smeer de vegan kruidenroomkaas over de boterhammen en beleg verder met de gegrilde groenten. Breng op smaak met zout en peper.

Tip: Ook lekker met verse kruiden, zoals peterselie, tijm of bieslook.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

