

Boterham met jam

en gegrild fruit

Fruit grillen? Ja hoor dat kan en is écht heel lekker in combinatie met brood! Laat je verrassen door het fruit van het seizoen. Gebruik per boterham ongeveer een eetlepel jam.

10 min | 392 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 spelt meerzaden bruin	g	100	200	300	400
Fruit uit de fruittas	st	1	2	3	4
Aardbeienjam	g	20	40	60	80

**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 eventueel per persoon twee sneetjes brood in een broodrooster.
2. Kies fruit uit het fruitpakket en snijd het fruit in plakjes. Verwarm een grillpan en gril de plakjes totdat er mooie grillstrepen ontstaan. Als je geen grillpan hebt kun je het fruit ook gewoon bakken in een bakpan.
3. Smeer de jam op de boterhammen en beleg met het gegrild fruit.

Tip: Geen tijd in de ochtend? Ook niet gegrild fruit is lekker op de boterham.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

