



Bønnesalat

Til 4 pers

Ingredienser:

- 250 g bønnemix
- 100 g sukkererter
- 60 g (½ stk) rød løk
- 1 fedd hvitløk
- ½ ts pepper
- 2 ss olje

Fremgangsmåte:

- Del løk og sukkererter i biter, ha i en bolle og bland sammen med bønnene.
- Finhakk hvitløken og bland sammen med oljen og pepper.
- Slå over bønneblandingen. La stå og trekke litt før servering.

Næringsberegning per pers:

125 kcal, 5.5g fett, 16g karbohydrater (2.6g sukker), 5.5g kostfiber, 5.5g protein, 0g salt