

## INGREDIËNTEN

**Voor 2 personen**
200 gr kalfsfricandeau
1 blikje tonijn op water
20 ml fritessaus
2 augurken
15 gr kappertjes
100 gr sla

# VITELLO TONATO

**Bevat per portie:** Kcal: 191 | Eiwit: 30,0 gr | Koolhydraten: 4,9 gr | Vet: 25,2 gr | Vezels: 4,0 gr

## ZO MAAK JE HET

• Verdeel de sla over twee borden en garneer de kalfsfricandeau erover.
• Laat de tonijn uitlekken en meng vervolgens de fritessaus erdoor. Maak dit mengsel op smaak met peper en zout en verdeel het over de fricandeau.
• Snij de augurk in plakjes of stukjes en verdeel deze samen met de kappertjes over de borden.