PS. food & lifestyle

PHASE 1

Mehrsamen-Brötchen mit Hühnerbrust und Avocado

2 Minuten

1 Person



NÄHRWERTE

Energie	**382 Kcal**
Kohlenhydrate	**11.9 g**
Eiweiß	**20.1 g**
Fette	**24.8 g**

Nährwert pro Person

ZUTATEN

- 1 PowerSlim-Mehrsamen-Brötchen
- 40-50 g gegrillte Hühnerbrust
- ¼ Avocado, in Scheiben
- 2 Tomaten, in Scheiben
- Handvoll Salatblätter
- 1 EL Mayonnaise

ZUBEREITUNG

Schneide das Mehrsamen-Brötchen mit einem Brotmesser in zwei Hälften. Beide Hälften mit der Mayonnaise bestreichen. Lege den Salat, die Tomatenscheiben, die Hühnerbrust und die Avocado nacheinander auf das Brötchen. Mit den übrig gebliebenen Tomatenscheiben servieren.