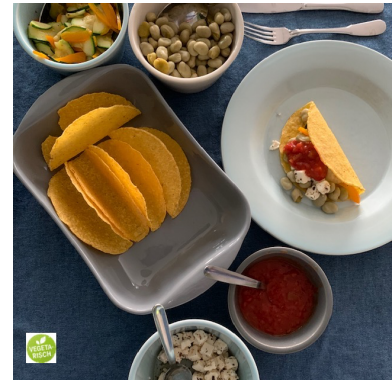


# TUINBONENTACO'S MET KRUIDENKAAS

2 personen / 583 kcal per portie

## Ingrediënten:

- ½ courgette
- 1 oranje paprika
- ½ eetlepel olie
- 1 pot tuinboontjes (extra fijn, 340 gram)
- 100 gram witte kaasblokjes met kruiden)
- 6 tacoschelpen
- 110 gram tacosaus mild
- peper en zout



## Bereiding:

Oven voorverwarmen op 180°C. Kaasblokjes laten uitlekken. Paprika wassen, schoonmaken en in dunne reepjes snijden. Halveer de courgette in de lengte en snijd in dunne plakjes. Verhit de olie in een hapjespan en bak de courgette en paprika voor 5 minuten. Breng op smaak met peper en zout. Taco's op bakplaat leggen of omgekeerd op rooster hangen en 5 minuten in oven verwarmen. Verwarm de tuinbonen en afgieten. Taco's met tuinbonen, saus, courgette, paprika en kaasblokjes apart serveren en aan tafel vullen.

## Voedingswaarde per portie:

|                    |           |
|--------------------|-----------|
| Energie:           | 583 kcal  |
| Eiwit:             | 14,9 gram |
| Koolhydraten:      | 37,2 gram |
| - waarvan suikers: | 7,2 gram  |
| Vet:               | 40,1 gram |
| Vezels:            | 8,7 gram  |
| Zout:              | 1,6 gram  |