



Diëtistenpraktijk  
De Snekens

Wendie Pluymers  
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



## SLAATJE ROZE GARNALEN MET ZEEWIER



### **Ingrediënten (voor 4 personen):**

- 400 g roze garnalen
- 200 g zeewier
- 1 courgette
- een takje gele en een takje rode snoeptomaten
- 1 pijpajuin
- 1 granaatappel

### **Bereidingswijze:**

- Was de courget en snij in sliertjes tot courgetti.
- Gebruik de courgetti samen met het zeewier als basis voor het slaatje.
- Was de gele en rode snoeptomaten en snij ze doormidden.
- Voeg de garnalen en de snoeptomaten toe aan het slaatje.
- Was de pijpajuin, snij in ringen en voeg eveneens toe aan het slaatje.
- Snij de granaatappel doormidden en verwijder de pitje die je als afwerking op het slaatje kan gebruiken.
- Smakelijk!