



Toast kannibaal deluxe

met Vita+ Volkoren

Hoofdgerecht Snack

4 personen

15 min

Toast kannibaal, een echte klassieker in de Belgische keuken. Ontdek deze gezonde, luxe versie van de toast kannibaal met volkorenbrood. Dit heerlijk recept is rijk aan vezels en vitamines B en geeft je een nostalgisch, gezond en voldaan gevoel.

Ingrediënten

- 1/2 Vita+ Volkorenbrood
- 200 g americain natuur (mager rundsvlees)
- 1/2 sjalot
- 5 takjes platte peterselie
- 1 el mosterd
- 2 el kappertjes
- 4 el zachte olijfolie extra vierge
- Enkele druppels tabasco (naar smaak)
- 1 el worcestersaus
- Peper
- Zout
- Als afwerking: enkele kleine takje waterkers, 1 el pickles, 4 zilveruitjes, 1 el lompviseitjes en 12 appelkappertjes

1. Snijd het brood in plakken van 2,5 cm dik en gril ze aan de 2 zijden goudbruin.
2. Leg hier ook de gepelde zilveruitjes bij zodat ze mooi gebrand zijn.
3. Snijd het vlees in kleine blokjes en meng het met de fijngesneden sjalot, de gehakte peterselie, de mosterd, de gehakte kappertjes, de olijfolie, tabasco en de worcestersaus. Kruid verder af naar smaak met peper en zout.
4. Beleg het getoaste brood met de americain natuur en versier met de gegrilde zilveruitjes, waterkers,



Benodigheden

- Grill
- Broodrooster of pan om te bakken



Dit recept is gemaakt met Vita+ Volkoren

Met 40 % volkorengranen is dit volkorenbrood rijk aan vezels. Of je nu gaat voor ontbijt of lunch, de heerlijke smaak van dit brood past perfect bij zoet of zout beleg.

pickles, de lompviseitjes en de appelkappertjes.