

## INGREDIËNTEN

 4 PORTIES

 15 MIN

 GEMAKKELIJK

2 potten Garden Gourmet VUNA  
1 kleine verse rode appel  
1 rijpe avocado  
1 krop groene krulsla  
40 g alfalspruiten  
1 eetlepel kleine kappertjes  
½ kleine rode ui  
4 versgebakken vegan bagels (bijv. volkoren brood)  
2 eetlepels vergine olijfolie  
Citroensap  
Zwarte peper

Probeer dit verrukkelijke bagel recept met Garden Gourmet Vuna, vegan tonijn, en groenten. Vuna smaakt echt net als tonijn, is 100% plantaardig en gewoon heerlijk!

## BEREIDING

### 1. Snijd de groenten en appels

Was en snij de appel met schil in blokjes. Snij daarna de avocado doormidden, verwijder de pit, lepel het vruchtvlees eruit en snij deze in blokjes. Snij vervolgens de ui. Meng de appel, avocado en ui en voeg een beetje limoensap toe.

### 2. Combineer de groenten met de sensational VUNA

Meng de kappertjes en de VUNA door de salade van appel, avocado en ui.

### 4. Breng de VUNA op smaak

Breng de VUNA op smaak met (extra) citroen-sap, olijfolie en peper.

### 5. Bouw je bagel!

Snij de bagels doormidden en garneer met sla en alfalfa. Verdeel de salade over de bagels.

**ONTDEK MEER RECEPTEN OP  
GARDENGOURMET.BE/NL**