



Aardappelsalade met raapstelen

tomaatjes, ei en mosterd-dille dressing

Vandaag een lekkere en voedzame voorjaars-salade op het menu met raapstelen, appel en knapperige bleekselderij. Perfect voor de warmere dagen en om mee te nemen voor een picknick. Heerlijk!

30 min | 558 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Krieltjes	g	250	500	750	1000
Wortel	g	100	200	300	400
Ei	st	1	2	3	4
Bleekselderij	st	0.25	0.5	1	1
Appel	st	0.25	0.5	0.75	1
Raapstelen	bos	0.5	1	1.5	2
Cherry tomaten, tros	g	75	150	200	300
Mosterd-dille dressing	ml	25	50	75	75
<i>zelf toevoegen:</i>					
Mayonaise	el	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook. Was de aardappels, halveer en kook in 12-15 minuten gaar. Was of schil de wortel, snijd in plakjes en kook 10 minuten met de aardappels mee. Giet het water af en laat even uitdampen. Snijd de aardappels eventueel nog wat kleiner.
2. Kook de eieren in 7-8 minuten hard, pel ze en snijd doormidden of in parten.
3. Was de bleekselderij en snijd in dunne plakjes. Was de appel, verwijder het klokhuis en snijd klein. Was de raapstelen, verwijder de worteltjes en snijd klein. Snijd de tomaatjes in vieren.
4. Klop de dressing los met mayonaise en schep door de voorggekookte aardappels en wortel. Meng met de bleekselderij, raapstelen en appel en hussel goed door elkaar. Serveer alles op een mooie schaal en leg de eieren erop.

Tip: De mayonaise kun je ook vervangen door yoghurt.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

