



Waldorfsalade met bleekselderij, brie en ei

! Weinig koolhydraten

KOOLHYDRAATBEWUST De klassieke waldorfsalade is een combinatie van appel, bleekselderij, walnoten, citroensap en mayonaise. De salade ontleent z'n naam aan het prestigieuze Waldorf-Astoria Hotel in New York, waar de salade voor het eerst in 1893 werd geserveerd.

25 min | 624 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
Ei	<i>st</i>	1	2	3	4
Rozijnen	<i>g</i>	15	25	25	50
Sjalot	<i>st</i>	1	2	2	3
Bleekselderij	<i>st</i>	0.25	0.5	1	2
Appel	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Trostomaten	<i>g</i>	100	200	300	400
Citroen	<i>st</i>	0.25	0.5	0.75	1
Eikenbladsla	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Walnoten	<i>g</i>	15	25	40	50
Brie	<i>g</i>	50	75	100	150
<i>zelf toevoegen:</i>					
Mayonaise	<i>el</i>	1	2	3	4
Olijfolie extra vierge	<i>el</i>	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 aan de kook en kook de eieren in 8 minuten hard. Laat schrikken onder de koude kraan, pel ze en snijd in partjes.
2. Leg de rozijnen in lauw water. Pel en snipper de sjalot heel fijn. Was de bleekselderij, verwijder het groene blad en snijd in dunne halve maantjes. Was de appel, verwijder het klokhuis en snijd in dunne staafjes of blokjes. Was de tomaat en snijd klein.
3. Roer de mayonaise met het sap van de citroen los in een ruime kom. Voeg de bleekselderij, sjalot, tomaat en appel toe en roer goed door elkaar. Breng op smaak met zout en peper.
4. Hak de walnoten grof en snijd de brie in kleine stukjes.
5. Haal de slablaadjes los van de krop, was en snijd kleiner. Verdeel de sla over de borden en schep het bleekselderij mengsel erop. Besprenkel met olijfolie extra vierge en maak af met de gekookte eieren, walnoten, rozijnen en brie.

Tip: Kies voor een beetje yoghurt in plaats van mayonaise voor een iets magere variant.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

