



Krieltjes salade met ei-mimosa

gepofte prei en draġon

Vandaag een echte Franse klassieker met de bekende prei in een nieuw jasje! Of liever gezet, gepofte jasje. Door de prei in zijn geheel te poffen (of in aluminiumfolie te garen) stoomt de groente gaar in haar eigen vocht. De smaak van de prei wordt zo boterzacht, dat is goddelijk. Erbij een heerlijke ei-mimosa en een salade met krieltjes.

25 min | 590 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
Prei	st	2	4	6	8
Krieltjes	g	250	500	750	1000
Eieren	st	1	2	3	4
Verse dragon	st	0.25	0.5	1	1
Sjalot	st	0.5	1	1.5	2
Rode eikenbladsla	st	0.5	1	1	2
Limoen	st	0.25	0.5	1	1
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie	el	1	2	3	4
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. Verwarm de oven voor op 200 °C en zorg dat de oven goed heet is. Verwijder de uiteindes van de prei (check of er geen zand meer in zit). Smeer in met olijfolie en leg de prei in zijn geheel 20 minuten in de hete oven (in een ovenschaal of op een bakplaat).
2. Breng intussen een pan met water en een snuf zout aan de kook. Was en halveer grote krieltjes en kook in 15-20 minuten gaar. Kook de eieren 8-10 minuten met de krieltjes mee. Giet het water af en laat de eieren schrikken onder de koude kraan en de aardappels uildampen.
3. Voor de ei-mimosa snijd of hak je de gekookte eieren grof en breng je dit op smaak met dragon, zout en peper. Het is ook leuk om gevulde eitjes bij dit gerecht te serveren. Halveer dan de eieren en schep het ei-eel eruit. Prak met een vork en meng met mayonaise, dragon, zout en peper. Schep dit vervolgens weer in de halve eitjes.
4. Pel de sjalot en snijd in ringen. Was de sla en laat uitlekken. Maak een salade van de krieltjes, sla, sjalot en een dressing van mayonaise, limoensap, olijfolie, peper en zout.
5. Haal de prei uit de oven (je kunt deze nog zwart blakeren met een brander of een gasfornuis, maar dat hoeft niet). Serveer de ei-mimosa, limoenrasp en de krieltjes salade erbij.

Tip: Wil je de oven niet gebruiken? Dan kun je de prei natuurlijk ook klein snijden en bakken.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

