



100 gram
groenten per
portie *

Venkel-bloedsinaasappelsalade met gerookte zalm

roomkaasdiip, wasabi en macadamia

Een echt kerstvoorgerecht met verschillende smaken en texturen die bij elkaar komen op één bord. Een romige swirl van roomkaas, samen met een knapperige salade met (geroosterde) venkel, bloedsinaasappel en rucola-wasabi. Erop de geweldigste gerookte zalm die we konden vinden en knapperige macadamia nootjes. Niet alles opsnoepen voordat je het gerecht serveert!

25 min | 369 kcal

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



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		2P	4P	6P	8P
Venkel	<i>st</i>	0.5	1	1.5	2
Bloedsinaasappel	<i>st</i>	1	2	3	4
Verse roomkaas	<i>g</i>	50	100	150	200
Macadamianoten	<i>g</i>	30	60	90	120
Little gem	<i>st</i>	0.5	1		
Romaanse sla	<i>st</i>			0.5	1
Wasabiblaadjes	<i>st</i>	0.5	1	1	1
Gerookte zalmplakjes	<i>g</i>	100	200	300	400
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie extra vierge	<i>el</i>	1	2	3	4
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 220 °C en beklee de bakplaat met bakpapier. Zorg dat de oven goed heet is. Snijd de venkel in dunne plakken eventueel met een mandoline. Verspreid de venkel over de bakplaat, besprenkel met olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Zet ongeveer 8-10 minuten in de oven om zo de venkel licht te roosteren.
2. Snijd de boven- en onderkant van de bloedsinaasappel. Verwijder de schil door van boven naar beneden langs het vruchtvlees te snijden. Snijd (boven een bakje) de partjes uit de bloedsinaasappel, zodat je alleen het vruchtvlees overhoudt. Vang het vocht op samen met de partjes. Let op: Een deel van de sinaasappel is nodig voor het nagerecht.
3. Klop de roomkaas met een beetje bloedsinaasappelsap, peper en zout flink op zodat hij lekker luchtig wordt.
4. Snijd de sla in reepjes. Hak de macadamianoten in grove stukken. Pluk de wasabi blaadjes van de stelen. Meng de geroosterde venkel met de wasabi blaadjes (naar smaak), sla en partjes bloedsinaasappel.
5. Lepel een mooie streep roomkaasdiop op de borden. Leg de salade ernaast samen met de gerookte zalm (eventueel in reepjes). Werk af met de gehakte macadamianoten.

Tip: De wasabiblaadjes kunnen pittig zijn. Maak de salade en doseer naar smaak en jouw tafelgenoten.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

