



Zomerse salade met macadamianootjes

gekaramelliseerde witlof, buffelmozzarella en crostini's

Een salade met grandioze ingrediënten, die jouw zomerse dag helemaal goed gaan maken. Neem hem mee om te shinen op een BBQ of om in je eentje te genieten van alles wat onze natuur ons te bieden heeft.

25 min | 622 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
Knoflookteen	<i>st</i>	0.5	1	1.5	2
Meergranen stokbroodje	<i>st</i>	0.5	1	1.5	2
Zoete aardappel	<i>g</i>	100	200	300	400
Witlof	<i>g</i>	100	200	300	400
Sinaasappel	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Limoen	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Rode eikenbladsla	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Macadamia	<i>g</i>	15	25	40	50
Buffelmozzarella	<i>g</i>	50	100	150	200
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
Paprikapoeder	<i>tl</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. Verwarm de oven voor tot 200 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Zorg dat de oven goed heet is. Snijd het stokbroodje in plakken en verdeel olijfolie, uitgeperste knoflook en zout erover. Leg op de bakplaat en bak de crostini's in ongeveer 6 minuten krokant.
2. Was de zoete aardappel en snijd in blokjes. Doe de zoete aardappel in een kom en meng met olijfolie, paprikapoeder, peper en zout. Spreid uit over de bakplaat bij het stokbroodje en bak ongeveer 10-15 minuten in de oven.
3. Snijd de kontjes van de witlof en maak de blaadjes los. Verwarm olie in een bakpan en bak de witlof 2-3 minuten op hoog vuur, voeg een klontje boter toe en knijp de helft van het sinaasappel- en limoensap erboven uit. Laat zachtjes bakken totdat de rest van het gerecht klaar is.
4. Was de sla, scheur in kleinere stukjes en laat goed uitlekken. Hak de macadamianootjes grof en verdeel de mozzarella in stukken.
5. Meng de geroosterde zoete aardappel met de witlof. Verdeel de sla over de borden en schep de zoete aardappel en witlof erop. Verdeel de mozzarella en macadamia noten erover en besprenkel met de overgebleven sinaasappel- en limoensap en olijfolie extra vierge. Serveer de knapperige crostini's erbij.

Tip: Chef tip van Freya: In een restaurant leggen ze de ingrediënten met de sla in een kom en mengen dan goed de dressing over alle blaadjes. Dan krijg je overal de lekkerste smaak!

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

