



Groene asperge-aardappelsalade

met radijsjes en kervelmayo

Deze salade zit boordevol groenten en is zoo lekker om op te peuzelen. Past perfect bij een zonnetje in het park, maar ook lekker binnen als het regent. Doordat groene asperges langer aan de wortel van de plant blijven en bovengronds groeien, zijn ze krachtiger en kruidiger van smaak dan de witte variant.

30 min | 620 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
Bio Babies	<i>g</i>	250	500	750	1000
Eieren	<i>st</i>	1	2	3	4
Groene asperges	<i>g</i>	125	250	375	500
Krop sla	<i>st</i>	0.5	1	1	1
Radijs	<i>bos</i>	0.5	1	1	2
Witte bonen	<i>g</i>	100	200	300	360
Verse kervel	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1

zelf toevoegen:

Olijfolie extra vierge	<i>el</i>	1	2	3	4
Azijn	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
Mosterd	<i>tl</i>	0.5	1	1.5	2
Mayonaise	<i>el</i>	1	2	2	3
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 aardappeltjes, halveer of snijd in vieren en kook in 15-18 minuten gaar. Kook de laatste 8 minuten de eieren mee. Schep de eieren uit het kokende water en spoel koud onder de kraan. Giet daarna het water van de aardappels af en laat afkoelen.
2. Was de groene asperges, verwijder de harde onderkant en snijd in stukken. Verhit olie in een grillpan of bakpan en gril of bak de groene asperges kort tot ze verkleuren en beetgaar zijn.
3. Was de sla, laat goed uitlekken en scheur of snijd klein. Was de radijsjes en snijd in plakjes. Spoel de witte bonen onder de kraan en laat uitlekken.
4. Maak een dressing met de gesneden kervel, olijfolie extra vierge, azijn, mosterd, mayonaise en zout en peper.
5. Doe de aardappels, groene asperges, sla, witte bonen en radijsjes in een grote kom en hussel door elkaar (of serveer alle onderdelen naast elkaar). Meng met de dressing en werk af met de gekookte eitjes. Zet de salade eventueel nog even opzij zodat de smaken kunnen intrekken.

Tip: Je kunt de radijsjes ook marinieren in zoetzure dressing: meng daarvoor water, azijn, peper, zout en honing of suiker.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

