Salade



Bijgerecht

4 personen

15 minuten bereiden

Ik doe er 10 minuten langer over 😊

Ongeveer 130 kcal

Keukenbenodigdheden

Aardappelschilmes

Rasp

Snijplank en keukenmes

Saladeschaal

(Salade) lepels

Ingrediënten

Eén wortel (of halve winterpeen)

Halve krop zachte sla

Halve komkommer

Drie tomaten

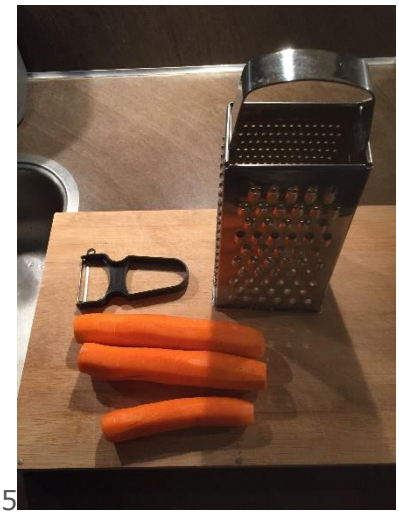
Twee eetlepels olijfolie

Flinke scheut natuurazijn

(Zee)zout naar smaak

Bereiden

1. Zet alle ingrediënten en keukenbenodigdheden klaar 😊.
2. Verwijder met een keukenmes de uiteinden van de wortel. Schil de wortel met een aardappelmesje. Rasp de wortel.


5

3. Halveer de sla precies door de stam. Zo blijft de sla bij elkaar.



4. Was de sla. Doe dit nadat je hem hebt gehalveerd maar voordat je hem in kleine stukjes snijdt want dan heb je de minste rommel. Knijp de sla goed uit om het water zoveel mogelijk te verwijderen.



5. Snijd de sla in kleine stukjes.



6. Was de komkommer en tomaten en snijd deze in kleine stukjes.
7. Doe de wortel, sla, komkommer en tomaat in een saladeschaal.
8. Voeg twee eetlepels olijfolie toe aan de saladeschaal.
9. Besprenkel de salade met natuurazijn. Dit mag heel ruim, dus best lang knijpen in die fles.



10. Bestrooi de salade met zout.
11. Roer de salade goed door elkaar en presenteer het in een mooi bakje 😊.



Bron: leuke sexy man en Zara van Zara's Life