



Waldorfsalade met gerookte makreel

en walnoten met croutons



ca. 20min



2 personen

Deze fraaie maaltijdsalade heeft zijn sporen dik verdiend. De naam komt van het wereldberoemde Waldorf-Astoria Hotel in New York. Daar werd en wordt hij geserveerd met appel, bleekselderij, rozijnen en wat citroensap. Wij gaan voor een iets minder klassieke variant van komkommer, walnoten en gerookte makreel. Nog fijner is dat deze salade in een half uurtje op tafel staat, perfect voor een doordeweekse dag!

Wat je van ons krijgt

- 1 appel
- 1x baby romanasla
- 2 stengels bleekselderij ⁹
- 1 minikomkommer
- 1 zakje walnoten ¹⁵
- 1 speltbroodje ^{1,7,11,13}
- 10g verse dragon
- 1 citroen
- 1 zakje grove mosterd ¹⁰
- 1 zakje mayonaise ^{3,10}
- 1x gerookte makreel ⁴

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- suiker
- peper en zout

Kookgerei

- grote koekenpan
- fijne keukenrasp

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

De gerookte vis kan een graatje bevatten, deze verwijder je het beste met een pincet.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), vis (4), melk (7), selderij (9), mosterd (10), sesamzaad (11), lupine (13), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 642kcal, vet 44.5g, koolhydraten 39.6g, eiwit 24.6g



1. Salade voorbereiden

Verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in blokjes. Pluk de **buitenste bladeren** en snijd het **binnenste van de sla** in smalle repen. Snijd de **bleekselderij** schuin in dunne schijfjes. Snijd de **minikomkommer** in de lengte doormidden, schraap de zaadjes er evt. uit en snijd de **komkommer** in dunne plakjes.



4. Smaakmakers voorbereiden

Pluk de **dragonblaadjes** en hak de **helft** ervan fijn. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



2. Walnoten roosteren

Rooster de **walnoten** in een droge, grote koekenpan op middelhoog vuur in 2-3min goudbruin en schep ze uit de pan. Roer af en toe door om verbranden te voorkomen.



5. Dressing maken

Meng de **mosterd** met **1-2el citroensap**, de **mayonaise**, 1el olijfolie, **1tl citroenrasp** en **gehakte dragon**. Breng de **dressing** op smaak met zout, peper, een snufje suiker en evt. meer **citroensap**.



3. Croutons maken

Snijd het **brood** in stukjes. Verhit 1el olijfolie in de gebruikte koekenpan en voeg de **broodstukjes** toe zodra de pan goed heet is. Roer door om ze met een laagje olie te bedekken. Zet het vuur iets lager en bak de **croutons** ca. 5min tot ze knapperig zijn. Neem uit de pan en bestrooi met een snuf peper en zout.



6. Salade samenstellen

Meng de **sla**, **bleekselderij**, **appel**, **komkommer**, **walnoten** en de **rest van de dragon** in een grote kom. Voeg de **dressing** en de **helft van de croutons** toe en roer door. Schep de **salade** op. Verwijder de huid en evt. graten en scheur de **makreel** in hapklare stukken boven de **salade** (zie tip, links). Bestrooi met de **rest van de croutons**.