MARLEY SPOON

Gebakken feta op linzensalade

met kleurrijke geroosterde groenten

30-40min 2 personen

Vandaag is de oven je grote vriend. Je roostert zoete aardappel, venkel, paprika, linzen en rode ui in de oven en mengt de groenten daarna met een kruidenvinaigrette. Bovenop deze kleurrijke salade serveer je gebakken feta met een lichtpittige topping van oregano, knoflook en rode peper. Makkelijk en superlekker!

Wat je van ons krijgt

- 1 rode paprika
- 1 zoete aardappel
- 1 venkel
- 1 rode ui
- 1 blik groene linzen
- 1 teen knoflook
- 1 rode chilipeper
- 20g verse kruidenmix: koriander, oregano en platte peterselie
- 150g feta [7]

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- 2 bakplaten met bakpapier
- dunschiller
- aluminiumfolie
- zeef

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

Allergenen
melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie
calorieën 684kcal, vet 42.0g, koolhydraten 46.9g, eiwit 24.3g

1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne reepjes. Schil de **zoete aardappel** en snijd 'm in blokjes. Snijd de **venkel** doormidden en dan in dunne reepjes, verwijder de stronk. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Giet de **linzen** af in een zeef en spoel ze om met koud water.

2. Groenten roosteren

Verdeel de **paprika**, **zoete aardappels**, **venkel**, de **helft van de ui** en de **linzen** over een bakplaat met bakpapier. Hussel om met 1el olijfolie en een flinke snuf zout en peper. Rooster 15-20min onderin de oven, tot de **groenten** gaar en gebruind zijn.

3. Topping voorbereiden

Pel en hak de **knoflook** fijn. Snijd de **chilipeper** in de lengte doormidden, verwijder de zaadlijsten en snijd de **peper** in dunne reepjes. Pluk de **oreganoblaadjes** en hak ze grof. Meng de **gehakte oregano** met de **rest van de ui**, **knoflook**, **chilipeper** en 1el olijfolie.

4. Feta bakken

Snijd de **feta** in **2 gelijke stukken** en leg ze naast elkaar op een stuk aluminiumfolie. Verdeel de **topping** over de **feta** en vouw de randen van de folie om. Leg de **feta** op een tweede bakplaat en rooster in de laatste 5-10min baktijd boven de bakplaat met **groenten** in de oven.

5. Vinaigrette maken

Hak de **koriander en peterselie incl. steeltjes** grof. Meng **1el koriander** en **1el peterselie** met 1el olijfolie, 1el azijn en 1el water. Proef en breng de **vinaigrette** op smaak met peper en zout.

6. Ovengroenen afmaken

Meng de **rest van de gehakte kruiden** en ca. **2/3e van de vinaigrette** met de **ovengroenten**. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Open de **fetapakketjes** voorzichtig en serveer de **gebakken feta** bovenop de **salade**. Besprenkel met de **rest van de vinaigrette**.