



Salade met nectarine en mozzarella

met zoete aardappel en zonnebloempitten



ca. 25min



2 personen

Nectarines met mozzarella? Klinkt misschien ongewoon maar ze passen perfect bij elkaar, vooral in zomerse salades. Wij serveren vandaag knapperige rucola met romige mozzarella en gegrilde nectarines. Geroosterde zoete aardappel maakt deze salade echt vullend en de basilicum en zoet-pittige dressing maken je zomerse bordje helemaal af.

Wat je van ons krijgt

- 25g zonnebloempitten
- 1 zakje komijnpoeder
- 1 zoete aardappel
- 2 nectarines
- 250g cherrytomaten
- 2 zakjes sriracha
- 10g verse basilicum
- 1 bol mozzarella ⁷
- 50g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote koekenpan met deksel
- grillpan

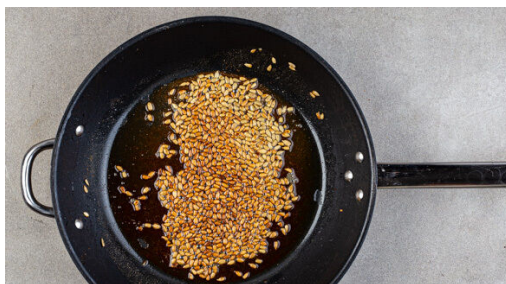
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 658kcal, vet 42.9g, koolhydraten 48.0g, eiwit 18.9g



1. Zonnebloempitten bakken

Verhit een droge middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **zonnebloempitten** in 1-2min goudbruin. **Let op**, ze kunnen snel verbranden. Voeg de **helft van de komijn** met 1tl olijfolie toe en roerbak ca. 30sec mee. Schep uit de pan om af te laten koelen en bestrooi met een snuf zout.



4. Dressing maken

Meng de **sriracha** met 1el olijfolie, 1el azijn, 1el honing en 1-2el water. Breng de **dressing** op smaak met zout en evt. meer honing. Pluk de **basilicumblaadjes** van de steeltjes.



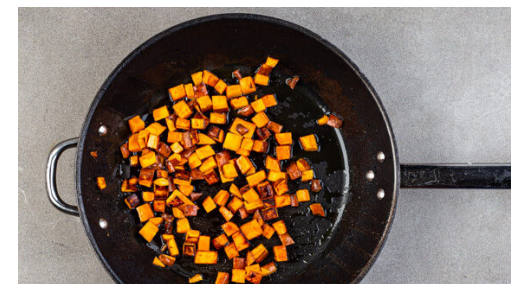
2. Ingrediënten snijden

Snijd de **zoete aardappel incl. schil** in blokjes. Snijd de **nectarines** rondom door en draai de helften uit elkaar. Snijd het **vruchtvlees** in partjes en verwijder de pit. Halveer de **cherrytomaten**.



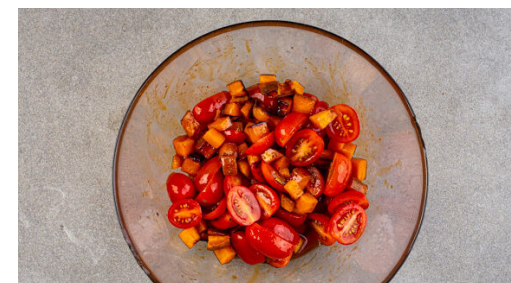
5. Nectarines grillen

Verhit een grillpan of gewone koekenpan op hoog vuur. Hussel de **nectarines** om met 2tl olijfolie. Leg de **nectarines** op de snijkant in de pan en bak 2-3min, tot je grillsporen kunt zien. Draai de **nectarines** om en bak nog 1-2min aan de andere kant.



3. Zoete aardappel garen

Voeg de **zoete aardappel** toe aan de pan met 1el olijfolie en 1/2tl zout. Bak ca. 5min op middelhoog vuur zonder te roeren, zo worden ze mooi bruin. Voeg 1el water toe, leg een deksel op de pan en gaar de **zoete aardappel** in 7-9min zacht, roer regelmatig om.



6. Salade mengen

Scheur de **mozzarella** in hapklare stukken. Meng de **zoete aardappel** met de **tomaten** en de **dressing**, en meng dan de **rucola** erdoor. Verdeel de **salade** over borden en serveer de **nectarines** en de **mozzarella** bovenop. Bestrooi met de **zonnebloempitten** en de **basilicum**.