

DINNERLY



Salade met quinoa en geitenkaas met sinaasappel en rode bieten uit de oven



ca. 30min



2 personen

Dit ziet er lekker uit, mensen: een hartige én frisse salade waarbij we quinoa op twee manieren bereiden. Een deel wordt gekookt zoals altijd, maar een ander deel rooster je in de pan zodat het een knapperige topping wordt. Dan bak je nog rode bieten en wortel en maak je een fijne dressing. Hussel alles door elkaar en klaar ben je. Dat wordt smullen!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g quinoa
- 1 wortel
- 250g voorgekookte rode bieten
- 1 sinaasappel
- 1x zachte geitenkaas ⁷
- 1x krulslamelange

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn ¹⁷

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- kleine koekenpan
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

melk (7), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 803kcal, vet 42.2g, koolhydraten 79.2g, eiwit 24.5g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal de bakplaat eruit. Breng 175ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Spoel de **quinoa** in een zeef af met warm water. Schil of schrob de **wortel**, halveer 'm in de lengte en snij in plakjes van ca. 1cm dik. Giet de **rode bieten** af boven een kom zodat je het **vocht** opvangt. Snij de **rode bieten** in partjes.



2. Groenten roosteren

Meng de **partjes rode biet** met 1el olijfolie, 1el balsamicoazijn en een snuf peper en zout. Verdeel de **biet** over 1 helft van een bakplaat met bakpapier. Meng de **wortel** met 1el olijfolie en een snuf peper en zout en leg op de andere helft van de plaat. Rooster het geheel 18-20min in de oven tot alles gaar is.



3. Quinoa bereiden

Voeg de **helft van de quinoa** toe aan het kokende water. Leg een deksel op de pan en laat 10-12min zachtjes koken. Spoel in een zeef af met koud water en laat uitlekken. Verhit een kleine, droge koekenpan en rooster de **rest van de quinoa** 3-5min op middelhoog vuur tot ie goudbruin is. Blijf roeren. Kruid met een snuf peper en zout en giet op een bord om af te koelen.



4. Dressing maken

Pel de **sinaasappel** en verwijder het witte velletje. Snij de **sinaasappel** in 8-12 partjes. Knijp **2 partjes** uit en maak een dressing van het **sap**, het **bietenvocht**, 1el olijfolie, 1el balsamicoazijn en een snuf zout. Verkruiemel de **kaas** met je vingers of een vork.



5. Mixen en serveren

Laat de **geroosterde groenten** even afkoelen. Meng ze dan met de **rest van de sinaasappelpartjes**, de **gekookte quinoa**, de **sla** en de **dressing**. Verdeel de **quinoasalade** over de borden en bestrooi met de **kaas** en de **geroosterde quinoa**.



6. Nog meer kraak

Met de geroosterde quinoa krijgt deze salade al een fijne, krokante textuur. Wil je nog meer bite? Rooster dan een handje pijnboomspitten 1-2min in een droge koekenpan. Let op: ze kunnen snel aanbranden. Roer ze voor het serveren door de salade.