



Mediterrane aardappelsalade

met olijvenpesto en gegrilde tomaten



30-40min



2 personen

Als je op een gezonde en makkelijke manier extra smaak aan je gerechten wilt geven, is de grillpan je beste vriend. Er komt geen olie of moeilijke kooktechniek aan te pas, alleen een loeihete pan en je favoriete groente. Vandaag geef je een stel sappige tomaten de grill-behandeling en zo til je deze heerlijke aardappelsalade naar een hoger niveau.

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 netje krieltjes
- 20g verse kruidenmix: basilicum & platte peterselie
- 1 teen knoflook
- 25g cashewnoten ¹⁵
- 1 onbehandelde citroen
- 1 zakje groene olijven
- 2 tomaten
- 100g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grillpan
- staafmixer met beker
- bakkwast
- keukenrasp

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

Allergenen

noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 629kcal, vet 40.6g, koolhydraten 55.6g, eiwit 9.7g



1. Groenten roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Pel en snijd de **ui** in partjes. Snijd de **krieltjes met schil** doormidden. Leg de **krieltjes** en **ui** op een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie en een flinke snuf zout. Rooster ca. 25min in de oven.



4. Tomaten voorbereiden

Snijd de **tomaten** doormidden. Meng de **rest van de knoflook** met 1el olijfolie en een snuf zout. Bestrijk de snijvlakken van de **tomaten** met de **knoflookolie**.



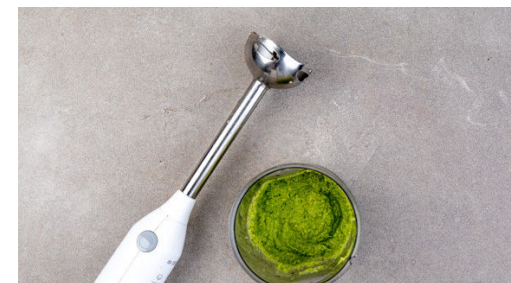
2. Pesto voorbereiden

Hak de **peterselie en de basilicum incl. steeltjes** grof. Pel en hak de **knoflook** fijn. Hak de **cashewnoten** grof. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



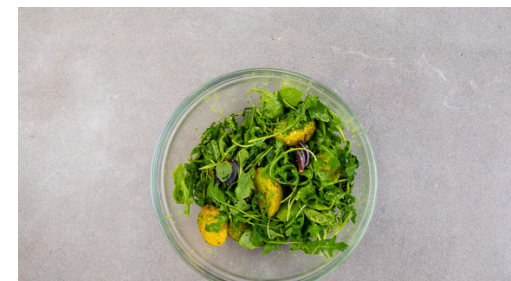
5. Tomaten grillen

Verhit een grillpan op middelhoog vuur. Grill de **tomaten** met de snijvlakken naar beneden ca. 7-8min zonder te bewegen. Zo krijgen de **tomaten** mooie grillstreepjes. Als je geen grillpan hebt kun je ook een gewone koekepan gebruiken.



3. Pesto maken

Doe de **olijven**, de **kruiden**, de **helft van de knoflook**, de **cashewnoten**, **½tl citroenrasp**, **1el citroensap**, 2el olijfolie en 1-2el water in een hoge (maat)beker. Pureer glad met een staafmixer en breng de **pesto** op smaak met peper en zout.



6. Salade afmaken

Meng de gebakken **krieltjes** en **uien** met de **rucola**. Roer ca. **¾ van de pesto** erdoor en verdeel de **salade** over de borden. Leg **2 tomatenhelften** op elke **salade** en besprenkel met de **rest van de pesto**.