

DINNERLY



Feta met een salade van spinazie en zoete aardappel en pompoenpitten



ca. 20min



2 personen

Vandaag draait het allemaal om kleur. Feloranje zoete aardappel, donkerrode ui, warmgroene spinazie en mooie witte feta. We strooien er knapperige pompoenpitten overheen en serveren het met een stokbroodje dat we zelf vers in de pan bakken. Kleurrijk, lekker én overdadig, dus. Dat begint al heel goed te klinken...

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 2 zoete aardappels
- 1 rode ui
- 100g feta ⁷
- 25g pompoenpitten
- 1 baguette ¹
- 100g babyspinazie

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 2el boter ⁷
- 1tl mosterd ¹⁰
- 3tl honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan

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

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 915kcal, vet 56.1g, koolhydraten 74.9g, eiwit 22.9g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat uit de oven. Snij de **zoete aardappels mét schil** in blokjes van zo'n 1cm doorsnede. Pel de **ui** en snij deze in partjes van ca. 1cm dik. Meng in een kom 2tl honing, 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Hussel de **aardappel** en **ui** om met dit **honingmengsel**.



2. Groenten en feta bakken

Verkruimel de **feta** met je vingers of een vork. Meng op een bakplaat met bakpapier de **zoete aardappel**, de **ui**, de **feta** en de **pompoenpitten** door elkaar. Bak het geheel 15-17min in de oven tot de **zoete aardappel** gaar en een beetje knapperig is.



3. Dressing maken

Pel 1 teen knoflook en snij deze heel fijn, of gebruik een knoflookpers. Maak een dressing met de helft van de knoflook, 2el olijfolie, 1el azijn, 1el water, 1tl mosterd en 1tl honing. Breng verder op smaak met snufjes peper en zout.



4. Broodje bakken

Snij de **baguette** in stukken van ca. 2cm dik. Smelt 2el boter in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Fruit dan de rest van de knoflook 30sec en leg de **sneetjes baguette** in de **knoflookboter**. Bak 2-3min per kant tot de stukjes mooi bruin en knapperig zijn. Haal het brood uit de pan en besprenkel met snufjes peper en zout.



5. Salade mixen

Laat de bakplaat met **groenten** en **kaas** kort afkoelen. Roer in een grote schaal $\frac{2}{3}$ van de **dressing** door de **spinazie** en roer er dan de **groenten**, **feta** en **pompoenpitten** doorheen. Druppel de **rest van de dressing** over de **salade** en serveer met de geroosterde **baguette**.



6. Nog meer kleur!

Wat zou nog meer bij deze kleurrijke salade passen? Iets heel fris, een beetje zuur zelfs, dat goed samengaat met de zoete aardappel en die lekkere spinazie – iets dat meestal nog wel in de fruitschaal rondslingert... Yes, een appel! Maakt niet uit welke kleur. Je kunt de salade een extra dimensie geven door een appel in heel dunne schijfjes te snijden. Voeg deze aan het einde toe.