

DINNERLY



Low carb salade met geitenkaas met knolselderij, walnoten, rucola en appel



ca. 40min



2 personen

Knolselderij is niet overal even geliefd, maar geef deze groente een kans! Onze unieke bereidingswijze maakt er namelijk iets heel bijzonders van. We mengen aromatische kruiden door blokjes selderij en garen het geheel in de oven. Voor de frisse noot wordt deze lekkernij geserveerd met appel, zachte geitenkaas en rucola. Origineel, heerlijk en vegetarisch – dat wil je toch proberen?

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 kleine knolselderij ⁹
- 1 zakje kruidenmix: komijn & koriander
- 1 groene appel
- 25g walnoten ¹⁵
- 50g rucola
- 1x zachte geitenkaas ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1el honing
- zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine koekenpan
- dunschiller

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

ALLERGENEN

melk (7), selderij (9), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 596kcal, vet 46.1g, koolhydraten 28.2g, eiwit 15.4g



1. Selderij snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schil de **knolselderij** en snij 'm in blokjes van 1-2cm. Meng de **helft van de kruidenmix** met 2el olijfolie, 1el azijn, 1el honing en een flinke snuf zout.



2. Selderij roosteren

Meng de **selderij** op een bakplaat met bakpapier met de **kruidenolie**. Rooster de **blokjes** ca. 25min in de oven, tot ze zacht en goudbruin zijn. Hussel halverwege goed om.



3. Appel inleggen

Roer ½tl suiker en een flinke snuf zout door 2el azijn tot suiker en zout zijn opgelost. Verwijder het klokhuis van de **appel**. Snij de **appel** in kwarten en dan in heel dunne schijfjes. Meng met het azijnmengsel en zet even opzij om in te trekken.



4. Walnoten roosteren

Verhit een kleine, droge koekenpan op middelhoog vuur. Rooster de **walnoten** 2-3min. Schep af en toe om en let op, ze branden makkelijk aan. Laat op een bord afkoelen en hak ze dan grof.



5. Afmaken en serveren

Roer 1el van de **appelmarmade**, 1el olijfolie en een snuf zout door de **rucola**. Verdeel de **rucola** over de borden en schep de **selderij** en de **ingelegde appel** erop. Verdeel de **geitenkaas** er met een lepel over en garneer met de **walnoten**.



6. Tweede kans voor brood!

Brood blijft vaak te lang liggen en wordt dan droog en taai – zonde, toch? Nou, daar kunnen we nog wel iets lekkers van maken! Snij het brood in mooie blokjes, roer ze door wat olijfolie, peper en zout en rooster ze in een droge koekenpan tot je zelfgemaakte croutons hebt. Lekker in haast elke salade!