



Krokant gebakken feta

met linzen-spinaziesalade en citruseddressing



ca. 20min



2 personen

Een stuk feta in een krokant jasje? Ja, dat heb je goed gehoord! Deze fijne schapenkaas heeft een relatief laag watergehalte. Hierdoor smelt hij niet helemaal en is-ie dus ideaal om te bakken. Je paneert de kaas en bakt hem vervolgens mooi goudbruin en krokant. Serveer jouw portie Griekse heerlijkheid bovenop een lichte linsensalade met babyspinazie en sappige cherrytomaatjes. Daar krijg je geen genoeg van!

Wat je van ons krijgt

- 1 citroen
- 1 zakje sojasaus ^{1,6}
- 1 kuipje grove mosterd ¹⁰
- 1x cherrytomaten
- 1x babyspinazie
- 1x feta ⁷
- 5g goulash spice blend
- 1 zakje paneermeel ¹
- 10g verse kervel
- 1 blik groene linzen

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- bloem ¹

Kookgerei

- fijne keukenrasp
- maatbeker
- grote koekenpan
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 663kcal, vet 34.9g, koolhydraten 49.8g, eiwit 30.4g



1. Dressing maken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Meng in een kommetje de **mosterd** met de **helft van de sojasaus**, **1tl citroenrasp**, **2el citroensap**, 1el water en 1-2el olijfolie. Voeg evt. meer water toe voor meer **dressing**.



2. Salade voorbereiden

Halveer de **cherrytomaten** en doe ze samen met de **babyspinazie** in een grote kom.



3. Feta voorbereiden

Snijd de **feta** in twee gelijke stukken en wrijf ze rondom in met de **goulash spice blend**.



4. Feta paneren

Klop in een kommetje 3-4el bloem, 75-100ml water en een snuf peper en zout tot een glad **beslag**. Doe het **paneermeel** in een tweede kom. Haal de **feta** eerst door het **beslag** en wentel dan door het **paneermeel**. Zorg ervoor dat de **kaas** rondom goed bedekt is.



5. Feta bakken

Verhit 1-2el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **kaas** daarin in 2-3min per kant goudbruin en krokant. Hak de **kervel** zonder harde steeltjes grof.



6. Salade maken

Giet de **linzen** in een zeef af en spoel ze om met koud water. Voeg de **linzen** met de **kervel** en **dressing** aan de saladekom toe en hussel om. Proef en breng de **salade** op smaak met peper en zout. Serveer met de **feta**.