

DINNERLY



Feta op een bonte salade van spinazie, zoete aardappel & 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

- 1 zoete aardappel
- 1 rode ui
- 100g feta ⁷
- 1 zakje pompoenpitten
- 1 baguette ¹
- 150g babyspinazie

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 2el boter ⁷
- 3tl honing
- ½el mosterd ¹⁰
- 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.

KOOKTIP

Je kunt de zoete aardappel ook schillen, als je wil.

ALLERGENEN

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

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 877kcal, vet 49.2g, koolhydraten 79.3g, eiwit 23.8g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **zoete aardappel mét schil** in hapklare blokjes van zo'n 1cm doorsnede. Pel de **ui** en snij 'm in partjes van ca. 1cm dik. Meng in een kom 2tl honing, 1-2el olijfolie en een snuf peper en zout. Roer hier de **aardappel** en **ui** doorheen.



2. Groenten en feta bakken

Verdeel de **zoete aardappel** en **ui** over een bakplaat met bakpapier. Bak 15-17min in de oven tot de **zoete aardappel** gaar en een beetje knapperig is. Verkruimel de **feta** met je vingers of een vork. Strooi na 10min bakken de **feta** en **pompoenpitten** over de **aardappel** en **ui** en bak mee.



3. Dressing maken

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



4. Broodje bakken

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



5. Salade mixen

Laat de bakplaat met **groenten** en **kaas** even afkoelen. Meng in een grote schaal **2/3e van de dressing** met de **spinazie** en roer de **groenten**, **feta** en **pompoenpitten** erdoor. Bedruppel met de **rest van de dressing** en serveer de **salade** 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 rondslingerd... 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 helemaal aan het einde toe.