



Quinoasalade met gebakken feta

met cranberry's, rode biet en walnoten



20-30min



2 personen

Rode bieten en feta is een combinatie die altijd werkt. De zoete bieten gaan perfect samen met de zoute kaas. En door de feta in de oven te bakken wordt 'ie heerlijk zacht. Erbij walnoten voor de crunch en een romige dip waar een deel van de feta in verwerkt wordt voor een extra rijke smaak.

Wat je van ons krijgt

- 150g quinoa
- 500g voorgedroogde rode bieten
- 150g feta ⁷
- 25g walnoten ¹⁵
- 30g verse kruidenmix: bieslook, koriander en peterselie
- 1 citroen
- 25g gedroogde cranberry's

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- kleine koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 772kcal, vet 31.4g, koolhydraten 89.8g, eiwit 30.3g



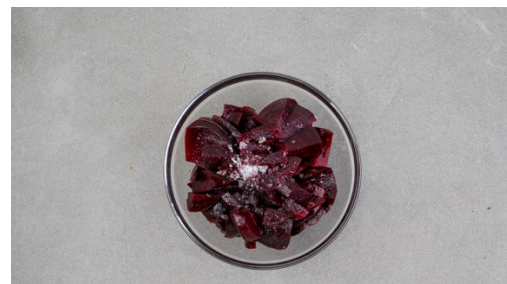
1. Quinoa koken

Verwarm de oven voor op 200°C hetelucht (220°C boven-/onderwarmte). Breng in een kleine kookpan 350ml licht gezouten water aan de kook. Spoel de **quinoa** in een fijnmazige zeef en voeg het aan het kokende water toe. Kook afgedekt 10-12min op middellaag vuur tot de **quinoa** beetgaar is. Neem de pan van het vuur en laat afkoelen.



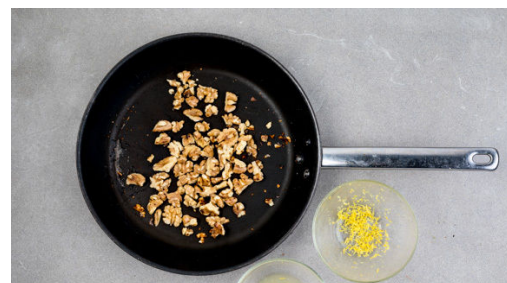
4. Dip maken

Hak de **peterselie** en de **koriander incl. hun steeltjes** grof. Snijd de **bieslook** in ringetjes. Doe de **helft van de kruiden** met de **rest van de feta**, 1el olijfolie, 3-4el water en een snuf peper in een hoge (maat)beker en pureer tot een romige **dip**. Verdun evt. met wat water.



2. Rode biet marineren

Snijd de **rode bieten** in vieren en dan in dunne plakjes. Meng de **bietenplakjes** met 2el azijn en een snuf zout en suiker. Zet opzij en roer af en toe door. **Tip:** de **bieten** geven rood af, draag evt. keukenhandschoenen en een schort.



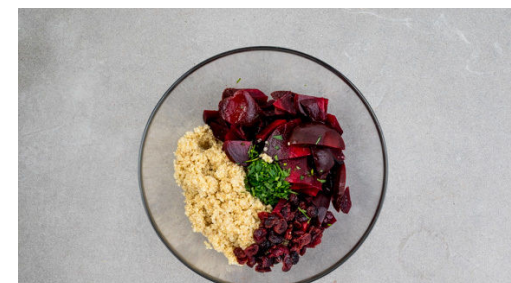
5. Walnoten roosteren

Hak de **walnoten** grof. Verhit een kleine droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **walnoten** 1-2min. **Let op,** de **walnoten** kunnen snel verbranden. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



3. Feta bakken

Verkruimel de **helft van de feta** en verdeel over een bakplaat met bakpapier. Bak 8-10min in de oven, tot de **feta** licht gebruind is en knapperige randjes heeft.



6. Quinoa afmaken

Roer de **quinoa** los met een vork en meng met de gemarineerde **rode bieten**, de **cranberry's** en de **rest van de verse kruiden**. Breng de **salade** op smaak met het **citroensap** en serveer de **feta** erop. Besprenkel met de **dip** en bestrooi met de **walnoten** en de **citroenrasp**. Geef de **rest van de dip** erbij.