



Makreelsalade met witlof

en krieltjes met radijs



20-30min



2 personen

Wij zijn gek op makreelsalades en deze is geen uitzondering. De vette makreel doet het goed bij de bitterzoete witlof en natuurlijk mogen de smaken van dille en citroen niet ontbreken in een salade met vis. Je eet er geroosterde krieltjes bij voor de extra koolhydraten.

Wat je van ons krijgt

- 500g krieltjes
- 1 citroen
- 2 stengels bleekselderij ⁹
- 1 bosje radijsjes
- 2x witlof
- 1x gerookte makreel ⁴
- 2 zakjes mayonaise ^{3,10}
- 10g verse dille

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat

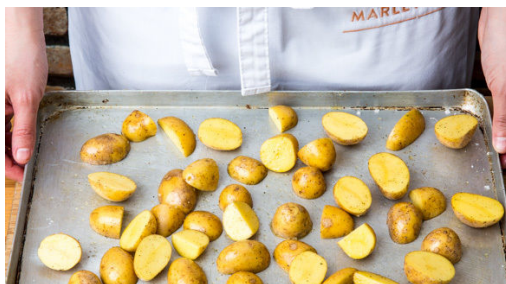
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

eieren (3), vis (4), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 711kcal, vet 43.9g, koolhydraten 54.3g, eiwit 24.1g



1. Aardappels roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C. Halveer de **krieltjes**, snijd grotere exemplaren in vieren. Verdeel ze over een bakplaat en hussel om met 1-2el olijfolie en een flinke snuf zout en peper. Rooster in 20-15min gaar en goudbruin in de oven. Schep de **krieltjes** halverwege om.



4. Salade mengen

Hussel de **makreel** om met de **gesneden witlof**, de **bleekselderij**, **radijsjes** en de **mayonaisedressing**. Proef of je nog zout of peper wilt toevoegen.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pers de **citroen** uit. Snijd de **bleekselderij** schuin in dunne plakjes. Snijd de **radijsjes** in dunne schijfjes. Pluk **8 witlofbladeren** en houd ze apart. Snijd de **rest van de witlof** in repen. Verwijder de **huid** en scheur de **makreel** in hapklare stukjes.



5. Aardappels afmaken

Hak de **dille** zonder harde steeltjes grof en schep door de **aardappels**.



3. Dressings maken

Meng de **mayonaise** met **1-2el citroensap** en een snuf zout en peper. Klop een **2e dressing** van de **rest van het citroensap**, 2el olijfolie, 1el (wittewijn)azijn en een snuf zout, peper en suiker.



6. Serveren

Verdeel de **witlofbladeren** over de borden en vul ze met de **aardappels**. Besprenkel met de **citroendressing** en serveer de **makreelsalade** erbovenop.