



Bonensalade met burrata

met broccoli en ansjovisdressing



ca. 20min



2 personen

Onze chef Martina weet hoe je een goeie maaltijdsalade in elkaar draait. Veel stevige bonen, zachte broccoliroosjes en knapperige walnoten. En laten we vooral de romige burrata en citroenige ansjovisdressing niet vergeten. Top je burrata met een achtergehouden ansjovisfilet en je bent klaar om aan tafel te gaan.

Wat je van ons krijgt

- 1x broccoli
- 250g sperziebonen
- 50g gedroogde dadels
- 1 teen knoflook
- 1 citroen
- 1 blikje ansjovis ⁴
- 1 blik cannellini bonen
- 1 bol burrata ⁷
- 25g walnoten ¹⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- staafmixer met beker
- zeef of vergiet

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

Allergenen

vis (4), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 521kcal, vet 22.9g, koolhydraten 46.0g, eiwit 27.6g



1. Groenten snijden

Breng genoeg gezouten water voor de **broccoli** en de **sperziebonen** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snijd de **broccoli** in roosjes, schil de stronk en snijd 'm in blokjes. Dop de **sperziebonen**. Doe de **dadels** in een hoge (maat)beker met 50ml water en laat ze weken.



4. Dressing maken

Doe de **rest van de ansjovis met olie**, de **knoflook**, **1-2el citroensap** en een snuf peper bij de **dadels** in de beker en pureer tot een gladde **dressing**. Proef of je nog zout wil toevoegen.



2. Groenten garen

Voeg de **bonen** toe zodra het water kookt en kook ze ca. 3min. Voeg dan de **broccoli** toe en kook alles nog 5-6min, tot de **groenten** gaar zijn. Giet af in een zeef, laat even uitlekken en doe dan in een grote kom.



5. Salade mengen

Giet de **cannellini bonen** af in een zeef en spoel ze om met koud water. Meng ze met de **groenten** in de kom. Voeg de **dressing** toe en meng goed.



3. Ingrediënten voorbereiden

Pel en hak de **knoflook** grof. Pers de **citroen** uit. Schep de **helft van de dadels** uit het water en houdt ze apart. Neem **2 ansjovisfilets** uit het blikje en houd ook apart.



6. Afmaken & serveren

Halveer de **burrata**. Verdeel de **salade** over de borden en bestrooi met de **walnoten** en de **rest van de dadels**. Top met de **burrata** en de **achtergehouden ansjovis**.