



Maaltijdsalade met spek en feta

met zoete aardappel, cranberry's en pecan



ca. 25min



2 personen

Het is onze overtuiging bij Marley Spoon dat je in elk jaargetijde een salade op tafel kunt zetten. Deze heeft een herfstig tintje, maar doet het desalniettemin heerlijk in de late lente. De ovengebakken zoete aardappelstukjes combineer je met uitgebakken spekjes, zoete cherrytomaatjes en notige rucola. Eroverheen een dressing met het vet van de uitgebakken spekjes, voor extra veel smaak. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 1 zoete aardappel
- 1x spekreepjes
- 250g cherrytomaten
- 50g rucola
- 100g feta ⁷
- 25g pecannoten ¹⁵
- 25g gedroogde cranberry's

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan

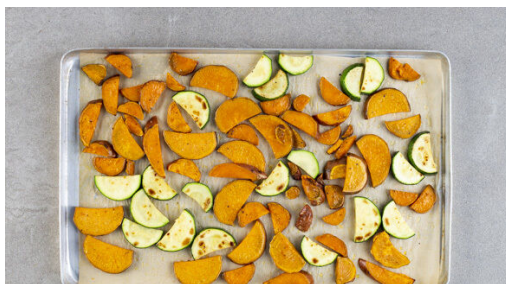
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

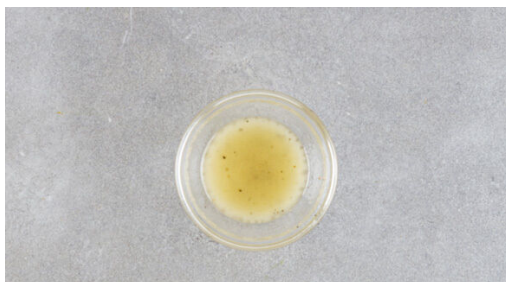
Voedingswaarde per portie

calorieën 586kcal, vet 39.0g, koolhydraten 34.9g, eiwit 20.1g



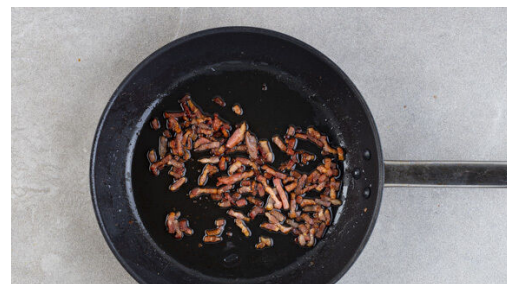
1. Groenten roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) - haal eerst de bakplaat eruit. Snijd de **courgette** en de **zoete aardappel** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Verdeel de **groenten** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie, ½tl zout en een snuf peper. Rooster de **groenten** in 12-15min goudbruin en gaar in de oven.



4. Dressing kloppen

Klop een dressing van het **spekvet** met 2el azijn en een snuf peper en zout.



2. Spekjes bakken

Verhit een middelgrote koekenpan zonder vet op middelhoog vuur en bak de **spekjes** in 7-8min knapperig. Vang het **spekvet** op in een kommetje en laat de **spekjes** uitlekken op een stuk keukenpapier.



5. Feta verkrumelen

Verkrumel de **feta**. Hak de **pecannoten** grof.



3. Tomaten snijden

Halveer de **cherrytomaten**. Was de **rucola** grondig en laat in een vergiet uitlekken. Dep de **sla** droog.



6. Salade afmaken

Meng de **geroosterde groenten**, **cranberry's** en **tomaten** met de **dressing**. Hussel om met de **rucola** en breng de **salade** op smaak met peper, zout en evt. azijn. Schep de **groentesalade** op en verdeel de **feta**, het **spek** en de **noten** erover.