

DINNERLY



Kleurrijke salade met krokante spekjes met zoete aardappels en maïs



20-30min



2 personen

Deze goed gevulde salade is een feest van smaken en texturen. Knapperige romanasla wordt gecombineerd met geroosterde zoete aardappel en krokant spek. Voeg daar nog wat frisse maïs en een lekkere dressing aan toe en het resultaat is een lichte maar toch voedzame maaltijd.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 verse maïskolf
- 1 zoete aardappel
- 1x spekreepjes
- 2 kroppen babyromanasla
- 2 tomaten
- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el honing
- 1tl mosterd ¹⁰
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan
- dunschiller
- keukenrasp
- vergiet

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

ALLERGENEN

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

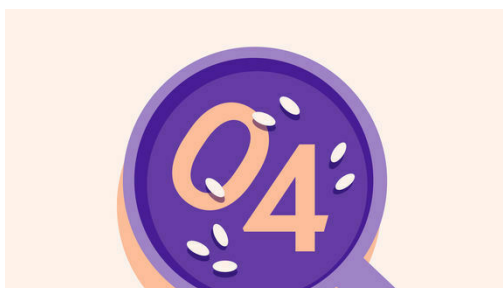
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 464kcal, vet 28.8g, koolhydraten 36.6g, eiwit 14.8g



1. Zoete aardappel snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Kook in een kleine kookpan voldoende gezouten water voor de **maïs**. Voeg de **maïskolf** toe en kook ca. 10min tot de **maïs** gaar is, laat uitlekken in een vergiet. Schil de **zoete aardappel** en snij in blokjes van 1-2cm.



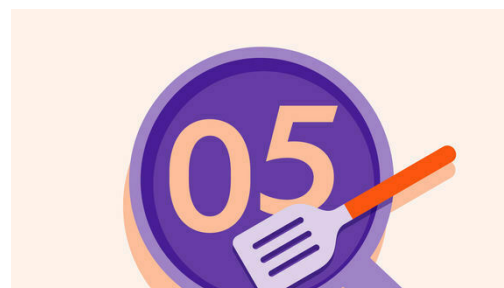
4. Dressing maken

Maak een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn, 1el water, de knoflook, 1tl mosterd en een snuf peper en zout. Snij met een scherp mes de **maïskorrels** van de **kolf**.



2. Zoete aardappel bakken

Leg de **zoete aardappel** op een bakplaat met bakpapier. Meng met 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Verdeel de **spekreepjes** over de **zoete aardappel**. Druppel er 1el honing overheen en bak 13-17min, tot de **zoete aardappel** gaar en het **spek** krokant is.



5. Afmaken en serveren

Meng de **helft van de maïs** (de ander helft gebruiken we in dit recept niet) met de **zoete aardappel**, de **sla**, de **tomaten** en de **kaas** met de **helft van de dressing**. Proef en gebruik eventueel meer **dressing**. Serveer de **spekreepjes** op de **salade**.



3. Ingrediënten voorbereiden

Verwijder de stronk van de **sla** en snij de **bladeren** in reepjes. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snij in blokjes van 1,5-2cm. Pel 1 teen knoflook en snij of pers heel fijn. Rasp de **kaas** grof.



6. Zin in brood?

Wat is lekkerder dan brood? Knoflookbrood! Als je nog wat brood hebt liggen kun je het met een beetje olijfolie, zout, peper en natuurlijk knoflook insmeren en in de oven met de zoete aardappels meebakken.