



Couscoussalade met rode biet en geitenkaas

met ras el hanout en pecannoten



ca. 25min



2 personen

Voordat onze chef Naomi bij Marley Spoon in de keuken kwam, kook ze zich een slag in de rondte in de keuken van een restaurant. Daar leerde ze dat je niet veel nodig hebt om een goede en vooral voedzame maaltijdsalade te maken: wat couscous, heel veel verse kruiden en heerlijke rode bieten. Zij gaf er een eigen draai aan door de salade te toppen met in de oven gebakken geitenkaas met noten en ras el hanout.

Wat je van ons krijgt

- 150g couscous ¹
- 10g groentebouillonpoeder
- 250g voorgekookte rode bieten
- 25g pecannoten ¹⁵
- 1x geitenkaas ⁷
- 1 zakje ras el hanout
- 1 rode paprika
- 1 minikomkommer
- 1 bosui
- 10g verse kruidenmix: munt & platte peterselie
- 1 citroen
- 1 zakje rozijnen ¹²

Wat je thuis nodig hebt

- 2tl honing
- peper en zout
- 20ml olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- waterkoker
- maatbeker
- keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 798kcal, vet 33.8g, koolhydraten 99.8g, eiwit 25.8g



1. Couscous garen

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Kook 300ml water in een waterkoker. Meng de **couscous** met de **helft van het bouillonpoeder**, het **bietensap** en het gekookte water en laat afgedekt 8-10min wellen.



4. Bieten bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1tl olijfolie. Snijd de **rode bieten** in partjes en bak ze 4-5min. Breng op smaak met zout en peper.



2. Geitenkaas roosteren

Hak de **pecannoten** grof. Snijd de **geitenkaas** in 6-8 plakjes en leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat. Besprenkel met 1-2tl honing en bestrooi met **een snufje ras el hanout** en de **pecannoten**. Bak 6-8min in de oven tot de **kaas** warm is en de **noten** goudbruin zijn.



5. Dressing maken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Klop een dressing met de **rest van de ras el-hanout**, 1el olijfolie, **2el citroensap**, **1tl citroenrasp** en 1tl honing. Breng sterk op smaak met zout en een snufje peper.



3. Groenten snijden

Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne reepjes. Snijd de **komkommer** in kleine blokjes. Snijd de **bosui** in fijne ringen. Doe alles in een grote kom. Pluk de **muntblaadjes** en hak fijn. Hak de **peterselie incl. de steeltjes** fijn.



6. Salade afmaken

Maak de **couscous** los met een vork en meng met de **bieten**, de **rozijnen**, ca. **2/3 van de verse kruiden**, de **dressing** en de **groenten**. Proef of je nog zout en peper wilt toevoegen en serveer de **couscous salade** met de **geitenkaas**. Garneer met de **rest van de kruiden** en serveer.