



BBQ-special: feta & cherrytomaten

op gegrilde salade met tahindressing



ca. 35min



2 personen

Salade kan saai zijn, maar dat hoeft niet zo te zijn! Vandaag gooi je 'em op de BBQ voor een wat geroosterde smaak. En maak je geen zorgen als er geen plaats is op je balkon, een grillpan volstaat. Je voegt er wat olijven, hartige feta en geroosterde cherrytomaten aan toe. En je maakt dit feestelijke bordje af met zoet geroosterde zonnebloempitten en knapperig knoflookbrood. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 10g verse kruidenmix: bieslook & dille
- 1 citroen
- 25g tahin ¹¹
- 25g zonnebloempitten
- 2 ciabatta's ^{1,6,7}
- 100g feta ⁷
- 250g cherrytomaten
- 1 zakje gyroskruiden
- 1x babyromanasla
- 1 zakje groene olijven

Wat je thuis nodig hebt

- 1tl honing
- zout
- olijfolie

Kookgerei

- barbecue of grillpan
- kleine koekenpan
- staafmixer met beker
- keukenrasp
- aluminiumfolie

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

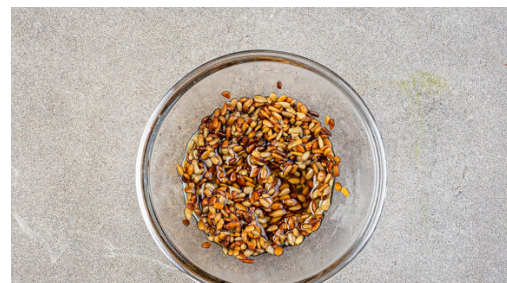
Voedingswaarde per portie

calorieën 802kcal, vet 61.0g, koolhydraten 40.8g, eiwit 20.6g



1. Dressing pureren

Verhit de BBQ als je die gebruikt. Pel en hak de **knoflook** grof. Hak de **verse kruiden** ook grof. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Pureer de **helft van de knoflook en de kruiden** met **1el citroensap** en 2el water. Voeg de **tahin**, de **helft van de citroenrasp**, 1/2tl honing en een flinke snuf zout toe en pureer nogmaals.



2. Zonnebloempitten toosten

Verhit een kleine koekenpan op middelhoog vuur met 1tl olijfolie en bak de **zonnebloempitten** in 2-3min goudbruin. Neem de pan van het vuur, roer er 1/2tl honing en 1tl water door, schep uit de pan en laat afkoelen. Snijd de **broodjes** open, besprenkel beide zijden met in totaal 1el olijfolie en wrijf de snijvlakken in met de **rest van de knoflook**.



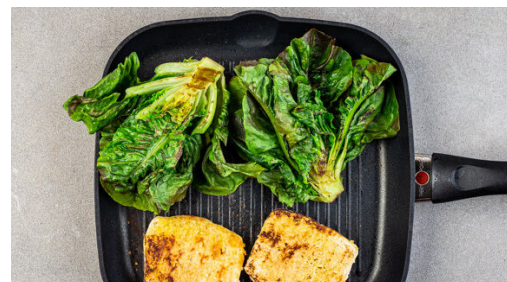
3. Pakketjes maken

Scheur 2 stukken aluminiumfolie van elk ca. 40cm af, snijd ze doormidden en leg 2 stukken folie op elkaar. Leg de **helft van de feta** aan een kant van de folie, verdeel de **helft van de cherrytomaten** eromheen. Herhaal dit met de andere folie. Besprenkel de **feta en tomaten** met 2tl olijfolie elk en bestrooi met de **gyroskruiden**.



4. Feta & tomaten grillen

Vouw de folie over de **feta** en de **tomaten** en sluit de randen goed af. Laat de **pakketjes** 3-5min op middelhoog vuur garen op de BBQ, tot de **feta** zacht is en de **tomaten** openbarsten. Of verhit een grillpan op middelhoog vuur en laat de **pakketjes** 5-7min garen. Snijd de **romanasla** in de lengte doormidden en wrijf de snijvlakken in met 1tl olijfolie.



5. Sla & broodjes grillen

Grill de **broodjes** 1-2min aan elke kant op de BBQ of in de grillpan. Leg de **sla** met het snijvlak naar onder op de BBQ en bak tot je duidelijke grillstrepen ziet. Of grill de **sla** met het snijvlak naar onder in een hete grillpan. Druk de **sla** iets aan en rooster ca. 2-3min.



6. Brood & olijven snijden

Snijd de **olijven** in dunne ringen. Verdeel de **sla** over borden, besprenkel met de **dressing** en bestrooi met de **olijven**. Scheur de afgekoelde **broodjes** in grove stukjes en verdeel met de **feta** en de **tomaten** over de **sla**. Bedruppel het **brood** met de **braadsappen** uit de pakketjes. Bestrooi met de **zonnebloempitten**, de **rest van de kruiden** en de **citroenrasp**.