

DINNERLY



Courgettesalade met nectarine met zachte mozzarella en croutons



30-40min



2 personen

Het mag ook wel een keertje zonder vlees op de barbecue, vind je ook niet? Het gerecht van vandaag is gebaseerd op de Toscaanse panzanellasalade – malse courgette en zoete nectarine worden kort gegrild voor een zomers kleurtje voordat ze samen met verrukkelijke mozzarella en knapperige croutons een waar zomerfeest beginnen. Eet smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 bol mozzarella ²
- 1 zakje knoflook-kruidentmix
- 2 baguettes ¹
- 2 courgettes
- 2 nectarines

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- ½tl mosterd ³
- ½tl honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- barbecue of grillpan
- oven
- bakplaat met bakpapier

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

ALLERGENEN

gluten (1), melk (2), mosterd (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 852kcal, vet 44.6g, koolhydraten 90.8g, eiwit 25.8g



1. Mozzarella snijden

Steek de barbecue aan (zie ook **stap 5**). Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Pel en halveer de **ui** en snij **1 helft** in dunne reepjes. De **andere helft** heb je voor dit recept niet nodig. Laat de **mozzarella** uitlekken, snij of scheur in hapklare stukken en meng met de **uireepjes**, ½el azijn, ½tl **kruidentmix** en een flinke snuf zout.



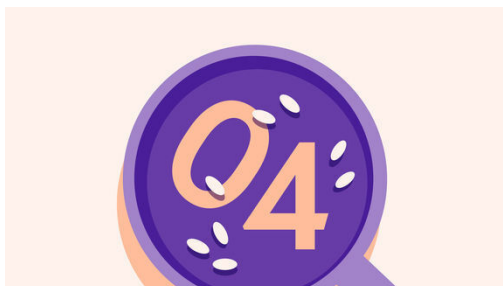
2. Croutons bakken

Snij de **baguettes** in blokjes van ca. 1cm. Hussel om met 2el olijfolie, een flinke snuf zout en wat peper en verdeel gelijkmatig over een bakplaat met bakpapier. Bak de **croutons** 5-7min tot ze knapperig en licht gebruind zijn. Haal uit de oven en zet opzij voor later.



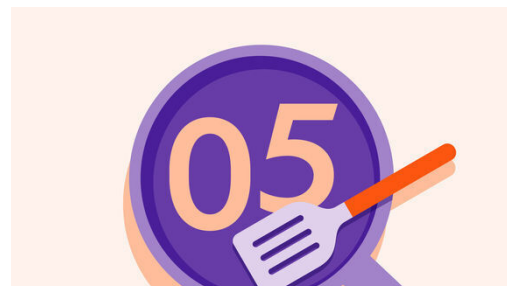
3. Dressing maken

Klop een **dressing** van de **rest van de kruidentmix**, ½el azijn, ½tl mosterd, ½tl honing en een flinke snuf peper en zout. Voeg al roerende 1el olijfolie toe tot er een romige **dressing** ontstaat. Voeg evt. 1el water toe als de **dressing** te dik wordt.



4. Ingrediënten voorbereiden

Snij de **courgettes** in ca. 1cm dikke plakken. Bedruppel met 2tl olijfolie en kruid met peper en zout. Halveer de **nectarines**, verwijder de pitten en snij de **vruchten** in partjes. Bedruppel met 1tl olijfolie.



5. Ingrediënten grillen

Verhit de grillpan, als je die gebruikt, op middelhoog vuur. Gril de **courgette** op de barbecue (of in de grillpan) in 5-6min gaar en de **nectarinepartjes** in 2-3min. Keer beide halverwege een keer om. Meng de **courgette** en **nectarine** met de **dressing**. Schep de **croutons** en de **mozzarella** en **ui** er doorheen. Proef en breng op smaak met zout. Serveer de **salade** warm of koud.



6. Citroenkick!

Voor een zomers citruszuurtje kan de azijn in de dressing ook worden vervangen door citroensap. Culinaire avonturiers kunnen zelfs limoen gebruiken – ook heerlijk!