



## Mediterrane kikkererwtensalade met feta

met komkommer, tomaat en peterselie



ca. 25min



2 personen

Vandaag op tafel: frisse, mediterrane smaken met onze kikkererwtensalade met feta! De combinatie van knapperige komkommer, frisse tomaten en milde sjalot, afgemaakt met peterselie, is ideaal voor de lente- en zomermaanden en zorgt voor een gebalanceerde smaakervaring. Perfect voor een picknick, een avondje barbecueën of gewoon als lichte maaltijd op warme dagen. Geniet ervan!



### Wat je van ons krijgt

- 1 blik biologische kikkererwten
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 onbehandelde citroen
- 1 zakje sumak
- 1 sjalotje
- 2 kroppen babyromanasla
- 1 komkommer
- 2 tomaten
- 100g feta <sup>1</sup>
- 10g verse peterselie

### Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie

### Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- keukenrasp
- citruspers
- zeef

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

#### Allergenen

Melk (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

#### Voedingswaarde per portie

calorieën 626kcal, vet 37.7g, koolhydraten 50.7g, eiwit 19.1g



#### 1. Kikkererwten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Spoel de **kikkererwten** af in een zeef met koud water en laat uitlekken. Dep de **kikkererwten** dan goed droog met wat keukenpapier, zo worden ze straks lekker knapperig in de oven.



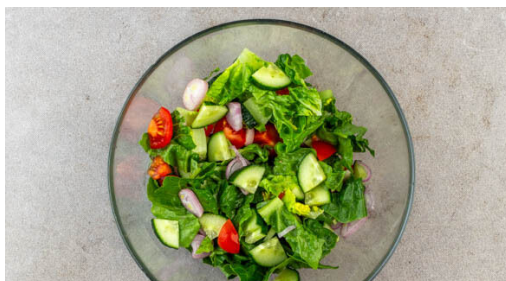
#### 2. Kikkererwten roosteren

Meng de **kikkererwten** op een bakplaat met bakpapier met 1el olijfolie, de **helft van de kruidenmix** en een flinke snuf peper en zout. Laat de **kikkererwten** ca. 20min in de oven garen. Schep ze dan een keer om en rooster ze in nog ca. 5min goudbruin en gaar.



#### 3. Dressing maken

Rasp de **helft van de citroenschil** fijn en pers de **afgeraspte helft** uit. De **rest van de citroen** heb je niet nodig voor dit recept. Klop 2el olijfolie, het **citroensap**, de **citroenrasp**, een **flinke snuf sumak** en een flinke snuf peper, zout en suiker tot een **dressing**.



#### 4. Groente snijden

Halveer en pel het **sjalotje** en snijd in dunne reepjes. Snijd de **romanasla** in de lengte doormidden en dan overdwars in reepjes, verwijder de stonk. Snijd de **komkommer** in de lengte in vieren en dan in dunne plakjes. Snijd de **tomaten** in grove stukjes. Meng de **groente** goed met de **dressing**.



#### 5. Salade maken

Meng na het einde van de baktijd de **helft van de kikkererwten** met de **salade**. Verkrumel de **feta** over de **salade**.



#### 6. Peterselie snijden

Snijd de **peterselie incl. steeltjes** fijn, verwijder hierbij de onderste helft van de steeltjes. Top de **salade** met de **rest van de kikkererwten** en bestrooi met de **peterselie**.