



Panzanella met appel, venkel en croutons

met pecans en een citroen-maandzaad-dressing



30-40min



2 personen

De beste broodsalade ter wereld is zonder twijfel de Italiaans panzanella. Vandaag maken we een vegetarische versie met appel, venkel, komkommer en mozzarella. Als culinaire twist maak je een bijzondere dressing van citroen en maandzaad, die heerlijk en verrassend is. De traditionele croutons maak je natuurlijk ook, maar dit keer met een moderne toevoeging: geroosterde pecannoten. Wat een feest!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1 baguette ²
- 25g pecannoten ³
- 1 sjalotje
- 1 onbehandelde citroen
- 1 zakje maanzaad
- 1 venkel
- 1 komkommer
- 1 groene appel
- 10g verse basilicum
- 1 bol mozzarella ⁴

Wat je thuis nodig hebt

- ¼tl mosterd ¹
- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- staafmixer met beker
- citruspers
- knoflookpers

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

Kooktip

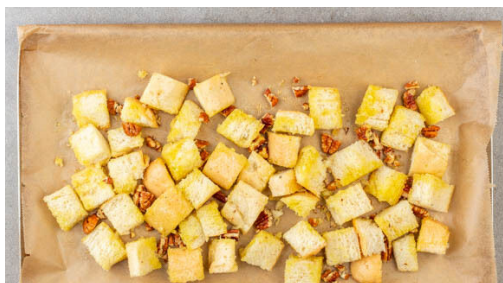
Je kunt vlak voor het serveren ook wat olijfolie over de salade druppelen, om het gerecht nog rijker te maken.

Allergenen

Mosterd (1), Gluten (2), Noten (3), Melk (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 759kcal, vet 49.1g, koolhydraten 61.3g, eiwit 20.9g



1. Croutons voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Pel de **knoflook** en pers fijn. Maak een **knoflookolie** van de **knoflook**, 1½el olijfolie en een snuf peper en zout. Snijd de **baguette** in blokjes van ca. 2cm. Hussel deze om met de **knoflookolie** en verdeel over een bakplaat met bakpapier. Breek de **pecannoten** in grove stukken en verdeel ook over de bakplaat.



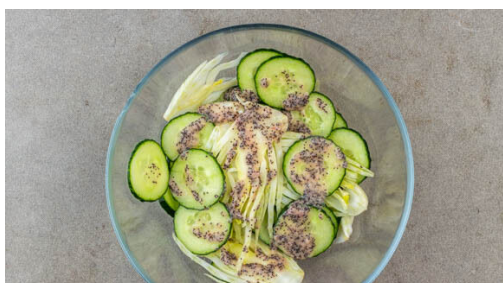
2. Croutons roosteren

Zet de bakplaat in de oven (dat kan al terwijl deze nog voorverwarmt) en bak 8-10min, tot de **croutons** goudbruin en krokant zijn.



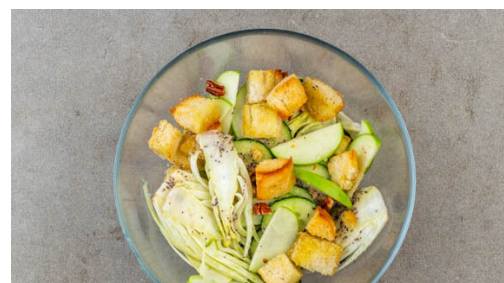
3. Dressing maken

Pel de **sjalot** en snipper **1 helft** grof. Pers de **citroen** uit. Pak de staafmixer met hoge (maat)beker en maak een gladde dressing van de **gesnipperde sjalot**, **2el citroensap**, 2tl suiker, ¼tl mosterd en een snuf zout. Voeg langzaam 2el olijfolie toe en mix op lage stand tot alles gemengd is. Voeg het **maanzaad** toe en mix 1-2 keer. Proef dan of je nog een snuf zout wil toevoegen.



4. Groente snijden

Doe de **dressing** in een grote kom. Halveer de **venkel** in de lengte, verwijder de harde onderkant en stelen en snijd de **venkel** dan in hele dunne schijven – gebruik een mandoline, als je die hebt. Snijd de **komkommer** ook in hele dunne plakjes, evt. met een mandoline of een kaasschaaf. Schep de **venkel** en **komkommer** door de **dressing**.



5. Salade afmaken

Haal de bakplaat uit de oven en laat even afkoelen. Halveer de **appel**, verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in dunne plakjes. Meng de **appel** door de **salade** en schep dan voorzichtig de **croutons** en de **pecannoten** erdoor. Proef de **salade** en voeg evt. nog een snuf peper zout toe.



6. Garneren en serveren

Pluk de **basilicumblaadjes** en snijd ze klein. Giet de **mozzarella** af en scheur of snijd in stukjes. Verdeel de **salade** over de borden en garneer met de **mozzarella** en **basilicum**.