

DINNERLY



Knapperige bonensalade met geitenkaas en venkel, radijsjes en abrikozenchutney



ca. 30min



2 personen

Salades zijn de meeste creatieve maaltijden die er zijn. Je kunt er alle kanten mee op, ze zijn heel gezond en ze passen in alle jaargetijden. Gewone rauwkost met groene groente is al lekker. Maar omdat wij graag variëren presenteren we deze week een warme salade met geroosterde bonen en venkel en radijsjes uit de oven. Nog wat zachte geitenkaas erbij, en we schrijven pure saladepoezie.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 blik boterbonen
- 1x zachte geitenkaas ⁷
- 1 bosje radijsjes
- 1 venkel
- 1 kuipje abrikozenchutney ¹⁰

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- zeef

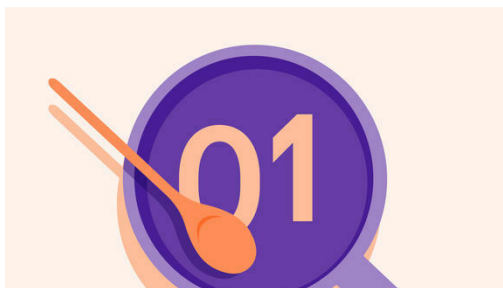
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 491kcal, vet 30.4g, koolhydraten 28.8g, eiwit 19.9g



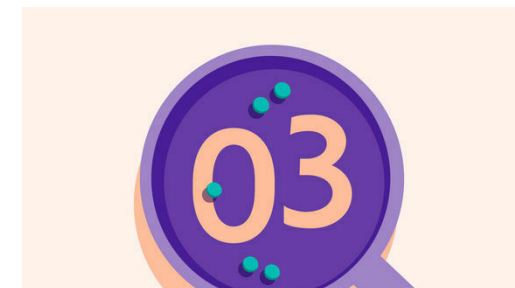
1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat uit de oven. Spoel de **bonen** af in een zeef onder warm water en laat ze uitlekken. Verbrokkel de **zachte geitenkaas** met een vork of je vingers in kleine stukken.



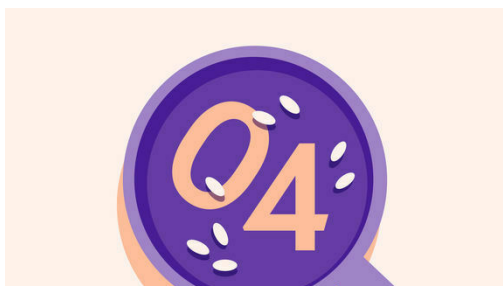
2. Groenten snijden

Verwijder evt. de steelaanzet van de **radijsjes** en snij ze dan in vieren. Snij de stelen en de harde onderkant van de **venkel** af, snij de **venkel** doormidden en dan in dunne halve ringen. Bewaar het **venkelgroen** als dit aan de stelen zit.



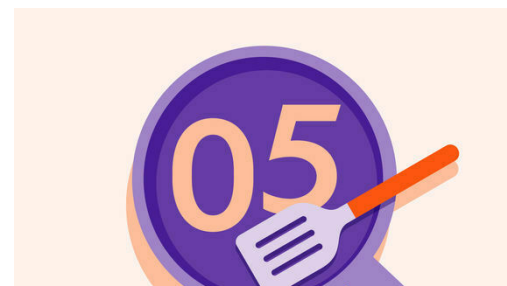
3. Bonen op smaak brengen

Verdeel de **bonen** over een helft van een bakplaat met bakpapier en meng met 1el olijfolie, een flinke snuf zout en een kleine snuf peper.



4. Ingrediënten roosteren

Leg de **radijsjes** en **venkel** op de andere helft van de bakplaat en meng met 1el azijn, 1el olijfolie, flinke snuffen zout en suiker en een kleine snuf peper. Rooster de **bonen** en **groenten** 15-20min in de oven, tot de **bonen** knapperig en de **groenten** van binnen zacht zijn.



5. Afmaken en serveren

Maak in een grote schaal een **dressing** van de **abrikozenchutney**, 2el azijn, 1el olijfolie, 1el water, een flinke snuf zout en een kleine snuf peper. Meng de **radijsjes** en **venkel** met de **dressing**. Roer er dan voorzichtig de **bonen** doorheen. Verdeel de **salade** over de borden en garneer met de **zachte geitenkaas** en evt. het **venkelgroen**.



6. Nog knapperiger!

Deze bonen zijn al lekker knapperig, maar we kunnen natuurlijk altijd nog meer bite aan de salade toevoegen. Rommel eens in de keukenkastjes en kijk of je nog wat pinda's, cashewnoten of misschien zonnebloempitten hebt liggen. Rooster een handje in een **droge** pan, hak ze grof en strooi ze over de borden. Knapperiger gaat gewoon niet!