



Zomerse rijstsalade

met passievruchtdressing en cashewnoten



ca. 25min



2 personen

Pastasalade? Kennen we. Aardappelsalade? Een klassieker. Maar rijstsalade? Ja, waarom niet? Frisse spinazie, pittige venkel, kleurrijke rode biet en aromatische dille, gaan perfect samen met de zomerse dressing van citroentijm en munt, cashewnoten en passievrucht. Absoluut het proberen waard.

Wat je van ons krijgt

- 200g voorgedraaide bruine rijst
- 1 venkel
- 2 passievruchten
- 15g verse kruidenmix: citroentijm, munt & dille
- 50g cashewnoten¹⁵
- 1 kuipje ahornsiroop
- 250g voorgedraaide rode bieten
- 50g baby-spinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- kleine kookpan
- staafmixer met beker
- zeef of vergiet

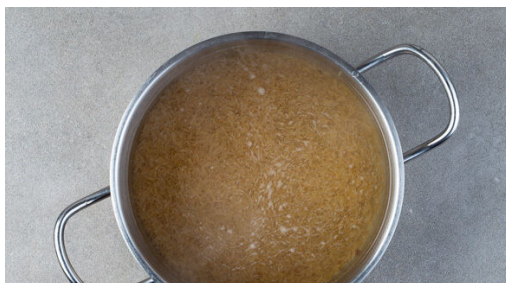
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 743kcal, vet 25.9g, koolhydraten 103.7g, eiwit 18.2g



1. Rijst koken

Breng voldoende licht gezouten water aan de kook voor de **rijst** in een kleine kookpan. Voeg de **rijst** toe aan het kokende water en kook op middelhoog vuur in 8-10min beetgaar. Giet af, spoel af met koud water en laat uitlekken.



4. Salade voorbereiden

Snijd de **rode bieten** doormidden en in dunne plakjes. **Let op:** de **rode bieten** geven af, draag evt. keukenhandschoenen en een schort. Hak de **rest van de cashewnoten** grof. Hak de **dille incl. steeltjes** grof.



2. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **venkel** in de lengte in vieren en snijd in zo dun mogelijke reepjes. Snijd de **passievruchten** doormidden en lepel het **vruchtvlees** eruit. Ris de **citroentijm** van de takjes en pluk de **muntblaadjes**.



5. Salade mengen

Meng de afgekoelde **rijst** met de **rode biet, dille** en de **spinazie**.



3. Dressing maken

Doe de **citroentijm** en de **muntblaadjes** met de **helft van de cashewnoten**, de **ahornsiroop**, 1-2el olijfolie en 1el azijn in een hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer tot een romige **dressing**, voeg evt. een scheutje water toe. Breng op smaak met zout en peper. Roer de **passievruchten** erdoor en meng de **dressing** met de **venkel**.



6. Afmaken en serveren

Voeg de **venkel** toe en meng alles goed. Proef en breng de **rijstsalade** op smaak met zout en peper. Serveer bestrooid met de **cashewnoten**.