



Hoofdgerechten

Salad in a jar 2x: parma-pasta & kip-quinoa

Voor 1 persoon

Ingrediënten

Met Parma en mosterdvinaigrette

75 gram meloenen (in blokjes)
2 eetlepels witte wijnazijn
2 eetlepels pijnboompitten
2 eetlepels mayonaise
2 plakjes parmaham
60 gram geitenkaas
1/2 eetlepel mosterd
1/2 eetlepel honing
2 eetlepels olijfolie
10 muntblaadjes
6 kerstomaatjes
70 gram spirelli
1 handvol sla

Met kip en avocadodressing

2 eetlepels peterselie (gehakt)
1 gele paprika (in blokjes)
1/2 rode ui (fijngesneden)
80 gram kip (in reepjes)
1 eetlepel citroensap
15 eetlepels olijfolie
50 milliliters melk
30 gram amandelen
4 eetlepels quinoa
1 handvol rucola
1 bol mozzarella
1/2 lookteentje
1/2 avocado

Bereidingswijze

Voor de salade met Parma & mosterd

Klop de wittewijnazijn, olijfolie, honing, mosterd en mayonaise glad en kruid met peper & zout.

Basisprincipe om je salad in a jar te vullen:

1. Onderin komt de dressing,
2. dan de harde ingrediënten (meloen, tomaat, pasta),
3. dan de zachte en krokante (kaas, munt, pijnboompitjes),
4. en als laatste de sla.

Zit je klaar? Draai de 'salad in a jar' om op je bord, zodat de dressing zich verdeelt over de andere ingrediënten. Smullen maar!

Voor de salade met kip en avocadodressing

Mix de avocado, peterselie, citroensap, knoflook, melk en olijfolie glad en kruid met peper & zout.

Basisprincipe om je salad in a jar te vullen:

1. Onderin komt de dressing,
2. dan de harde ingrediënten (gele paprika, amandelen, ui),
3. dan de zachte (quinoa, kip, mozzarella),
4. en als laatste de sla.

Zit je klaar? Draai de 'salad in a jar' om op je bord, zodat de dressing zich verdeelt over de andere ingrediënten. Smullen maar!

Keukenbenodigdheden

Weck-pot of glazen bokaal

