



Hoofdgerechten

Geroosterde groentesalade met linzen

Voor 4 personen.

Ingrediënten

Voor de salade

250 gram kikkererwten (uitgelekt en gespoeld)
1 bloemkool (kleine, in roosjes gesneden)
1 courgette
1 appel (in dunne plakjes)
1 rode ui (in halve ringen)
1 handvol peterselie (fijngehakt)
1 handvol munt (fijngehakt)
100 gram spinazie
1 granaatappel (de pitjes)
1 theelepel chilipoeder
1 theelepel komijnpoeder
400 gram linzen (uit blik, uitgelekt, gespoeld)
1 handvol pistachenoot (gehakt)
olijfolie
peper
zout

Voor de dressing

2 eetlepels mosterd
2 eetlepels ahornsiroop
50 milliliter olijfolie
50 milliliter water
1 limoen (geperst + geraspt)

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 200°C. Leg de kikkererwten en de bloemkoolroosjes op een met bakpapier beklede bakplaat. Besprenkel met olijfolie en kruid met het chilipoeder, komijnpoeder, peper en zout. Rooster alles in 30 minuten krokant en goudbruin.

Snij de courgette in halve maantjes en bak ze goudbruin in olijfolie. Kruid met peper en zout. Meng voor de dressing alle ingrediënten door elkaar en klop tot een gladde saus. Proef en kruid eventueel met peper en zout.

Doe de linzen met de rode ui, verse kruiden, spinazie en de appelplakjes in een grote serveerkom. Schep er de helft van de dressing onder. Verdeel er de courgetteplakjes, kikkererwten en de bloemkoolroosjes over. Bestrooi met de granaatappelpitjes en pistachenoten. Geef er de resterende dressing bij.

Tip: Voor wie niet van linzen houdt: schrap de linzen en verdubbel de hoeveelheid kikkererwten.

Keukenbenodigdheden

Oven

