

Salades



voor ± 2-3 personen



SALADE MET BOEKWEIT, CHERRYTOMAATJES EN RODE UI

250 gr gemengde biologische sla

1 eetlepel biologische olijfolie

100 gr biologische boekweithorrels

1 biologische citroen

100 gr biologische cherrytomaten

vers gemalen peper en zout

1 biologische rode ui

BEREIDING

Breng een pan met water aan de kook en kook de boekweithorrels in 8 minuten beetgaar. Giet het af, prik het even los met een vork indien nodig en laat het even afkoelen. Maak de rode ui schoon en snij deze in dunne plakken. Zet dit even aan de kant. Spoel de cherrytomaten onder stromend water schoon en droog het even na met wat keukenpapier. Halveer dan de cherrytomaten en zet dit even aan de kant. Doe de olijfolie in een kommetje en voeg het sap van één helft van de citroen erbij. Maal er dan wat peper en zout bij en roer het even door. Pak diepe borden en verdeel de gemengde sla over de borden. Schep dan de boekweit over de sla heen. Pak daarna de dunne plakjes rode ui en maak er ringen van door ze uit elkaar te duwen, Verdeel dit samen met de cherrytomaten over de salade. Schep nu met een lepel de olijf-citroen dressing over de borden en maak het geheel af met wat vers gemalen peper en zout.