

Salades



voor ± 2-3 personen



BIETENSALADE MET PREI EN WALNOTEN

4 (voorgekookte) biologische bietjes

¼ biologische prei

2 eetlepels biologische yoghurt of soja yogurt

40 gr biologische walnoten

4 takjes biologische koriander

½ theelepel biologische knoflookpoeder

vers gemalen peper en zout

BEREIDING

Snij de onderkant van de prei en snij daarna een kwart van de prei in flinterdunne reepjes. Doe dit in een vergiet en spoel de prei onder stromend water schoon. Laat het goed uitlekken en droog na met wat keukenpapier. Snij dan de bietjes eerst in dikke plakken en vervolgens in kleine blokjes. Doe dit in een kom of schaal en zet dit even aan de kant. Snij dan de koriander heel fijn en doe de helft bij de blokjes biet. Voeg dan ook de prei toe en meng dit voorzichtig door elkaar. Breek over de bietensalade de walnoten. Pak als laatst een schaaltje en doe daar de yoghurt, de knoflookpoeder en het restant van de koriander in en meng dit goed door elkaar. Maak de dressing op smaak met wat vers gemalen peper en zout en serveer deze naast de salade.