



voor ± 2 personen



RUCOLA MET GRAPEFRUIT EN AVOCADO

100 gr biologische rucola

1 biologische grapefruit

1 biologische avocado

1 eetlepel biologische hennepzaad

2 eetlepels biologische olijfolie

1 eetlepel biologische witte wijn azijn

vers gemalen paprikapoeder, peper en zout

BEREIDING

Schil de grapefruit en snij in smalle reepjes. Doe de olijfolie samen met de witte wijn azijn in een kommetje en maak op smaak met peper en zout. Roer goed door elkaar. Verdeel de rucola en de reepjes grapefruit over de diepe borden. Halveer dan de avocado, verwijder de pit en schil en snij deze in plakjes. Verdeel dit ook over de salade. Maal wat peper, zout en paprikapoeder over de plakjes avocado en strooi de hennepzaad over de salade. Serveer de dressing ernaast.