

SALADE VAN RAUWE GROENTE MET TAHINDRESSING

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

Voor de salade:

1 venkelknol, de topjes eraf, het loof bewaard

1 rode ui

3 wortels

handje radijsjes

1 rode biet

handje granaatappelpitjes

1 Granny Smith appel

Voor de dressing:

80 ml tahin

1 citroen

peper & zout

2 eetlepels fijngehakte rode ui

4 tenen knoflook, fijngehakt

2 eetlepels olijfolie

beetje venkelzaad (optioneel)

BEREIDINGSWIJZE

Alle groenten moeten in zo dun mogelijke plakjes worden geschaafd. Dat kun je het beste doen met een mandoline of met een dunschiller. Bewaar de bieten voor het laatst: die geven af. Schaaf eerst de venkel, dan de radijsjes (die kun je trouwens ook in hele dunne plakjes snijden met een goed mes), de wortels en de ui. Gooi ze in een kom, strooi er wat zeezout overheen en zet opzij. Pel de biet en schaaft ook die in dunne plakjes. Laat ze zo, of snijd ze in reepjes. Gooi ze in een andere kom en sprenkel er wat zeezout en olijfolie overheen. Haal het klokhuis uit de appel en snijd de rest van de appel in dunne plakjes.

Meng de ui en de knoflook met het sap van de citroen en klop er met een vork de tahin doorheen. Roer daarna de olijfolie erdoorheen en breng op smaak met wat verse peper. Verdeel de rauwe groente over de borden en steek de stukjes biet en appel ertussen. Gooi er een handje granaatappelpitjes overheen. Druppel wat van de citroen-tahindressing over de salade en strooi er eventueel wat gekneusde venkelzaadjes overheen. Maak af met het groene venkelloof.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

SMAKELIJK!