



# Maaltijdsalade herfst

(10 PERSONEN/PORTIES)

## Ingrediënten

- 250 gr Sla (Baby leaf)
- 500 gr Rode biet, gegaard
- 750 gr Paddenstoelenmix
- 800 gr Edamame boontjes
- 150 ml Vinaigrette
  - 10 gr grove mosterd
  - 4 citroenen
  - 35 gram appelazijn
  - 100 ml olijfolie extra vierge
  - 2 gr zwarte peper
- 100 gr Vloeibare margarine
- 50 ml Truffelolie
- 10 gr Kervel
- 200 gr Kikkererwten geweld
- 800 gr Waldkorn broodjes (10 stuks)

## Bereidingswijze

1. Snijd de bieten in gelijken parten.
2. Snijd de paddenstoelen in plakken en bak deze aan in de margarine. Laat nadien uitlekken op een stuk tork rol
3. Verdeel de truffel olie over de paddenstoelen en zet koud weg.
4. Breng water aan de kook en blancheer de sojabonen kort totdat ze gaar zijn. Spoel nadien met koud water.
5. Rasp de schil van de citroenen en pers de citroenen uit. Roer de mosterd en appelazijn door elkaar en voeg het citroensap en de citroen zeste toe. Roer vervolgens de truffelolie langzaam door het mengsel tot een gladde emulsie ontstaat. Maak op smaak met peper.
6. Meng in een kom de sla met de dressing.
7. Verdeel vervolgens de sla over de borden en daarop de paddenstoelen, bonen en de rode biet.
8. Giet de kikkererwten af en rooster de erwten op 180 graden ongeveer 10 min.
9. Garneer af met kervel.

### Voedingswaarde per portie (350 g)

Energie (kcal)	613
Vet (g)	31,5
Verzadigd vet (g)	4,5
Eiwit (g)	21,7
Koolhydraten (g)	53,7
Vezels (g)	12,7
Zout (g)	1,2



**Goede zorg  
proef je**

Onderdeel van het Nationaal Preventieakkoord