

Salade met boerenkool en zoete aardappel

Voor 4 personen



Ingrediënten:

- 3 zoete aardappels (in blokjes of plakjes)
- 100 gram feta
- 4 eetlepels olijfolie
- 1 theelepel mosterd
- 2 eetlepels citroensap
- 100 gram magere spekreepjes

Liever vega? Laat ze dan weg en voeg wat gerookt paprikapoeder toe aan de zoete aardappels voor dat ze de oven in gaan

- 300 gram boerenkool (of palmkool) fijngesneden, harde stelen en nerven reeds verwijderd
- 3 eetlepels gedroogde cranberry's
- 4 eetlepels pecannoten
- 3 eetlepels peterselie (fijngehakt)

Bereidingswijze:

Wrijf de aardappelplakjes en het stuk feta in met 2 eetlepels olijfolie en rooster op de barbecue (of grillpan) of bak de zoete aardappelblokjes omgeschept met wat olie en zout 20 min in de oven of airfryer op 200°C tot ze gaar en bruin zijn en verkruimel de feta als laatste ongebakken over de salade, dan heb je geen BBQ nodig.

Je kunt de boerenkool rauw eten, het is dan lekker om deze met wat olijfolie en zout te kneden in een grote schaal tot het zacht is. Even roerbakken kan ook, dan wordt het ook zachter.

Meng intussen 2 el olijfolie met de mosterd en het citroensap tot een dressing, voeg eventueel een beetje honing toe.

Bak de spekjes in een droge, hete koekenpan. Meng de spekjes met de dressing door de palmkool, voeg de cranberries, noten en peterselie toe.

Verkruimel de feta en meng samen met de zoete aardappel door de salade.