



HERFSTSALADE

Herfstsalade met geroosterde wortel en kikkererwten

2 personen

🕒 10 + 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍅 8 hele bospenen
- 🍅 200 g kikkererwten
- 🍅 65 g rucola mix
- 🍅 1 avocado
- 🍅 ½ tl paprikapoeder
- 🍅 peper en zout
- 🍅 ½ tl curry poeder
- 🍅 75 g gele tomaatjes

voor de dressing

- 🍅 3 el yoghurt
- 🍅 ½ citroen
- 🍅 olijfolie

MATERIAAL: ovenschaal of bakplaat

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Rasp de bospenen, maar laat het steeltje eraan zitten.
3. Leg deze in een ovenschaal of op een bakplaat en besprenkel met olijfolie.
4. Voeg dan het currypoeder toe en een beetje zout.
5. De bospenen mogen ongeveer 40 minuten in de oven gaar roosteren.
6. Laat de kikkererwten uitlekken, verspreid over de bakplaat, besprenkel met olijfolie en bestrooi met paprikapoeder.
7. De kikkererwten mogen ongeveer 20 minuten in de oven roosteren en kunnen dus na 20 minuten bij de bospenen.
8. Draai ze tussendoor een keertje om.
9. Maak nu de dressing door de yoghurt met citroen te mengen en op smaak te brengen met peper en zout.
10. Halveer de tomaatjes en snijd plakjes van de avocado.
11. Wanneer de wortelen gaar zijn en de kikkererwten een beetje krokant, kunnen deze uit de oven en kan het bord opgemaakt worden.
12. Maak een bedje van rucola en avocado, leg de wortelen daar bovenop en maak af met de geroosterde kikkererwten en gehalveerde cherrytomaatjes.
13. De dressing mag er overheen, maar kan ook apart geserveerd worden.

TIP: De salade kan lauwwarm gegeten worden, maar is ook koud erg lekker. Mocht de dressing een beetje te zuur zijn, kun je wat suiker of honing aan de dressing toevoegen.



Recept: leukerecepten.nl