



KOKEN MET EEN BUDGET

Bloemkool-paprikasalade met feta

HOOFDGERECHT

🕒 10 + 25 minuten

2 personen

DIT HEB JE NODIG:

- 🛒 1 rode paprika (gehalveerd, zonder zaadjes)
- 🛒 3 el olijfolie
- 🛒 ½ bloemkool (in roosjes)
- 🛒 1 ui (in partjes)
- 🛒 1 teentje knoflook (in plakjes)
- 🛒 ½ tl paprikapoeder
- 🛒 200 g kikkererwten (afgespoeld, uitgelekt)
- 🛒 1 el citroensap of witte wijnazijn
- 🛒 1 el verse koriander of peterselie (gehakt)
- 🛒 100 g feta (verkruid)

MATERIAAL: ovenschaal

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Bestrijk de paprika's met olie en bestrooi met zout en peper.
3. Leg de paprika's in een ovenschaal en zet 20-25 minuten in de oven tot ze zacht zijn.
4. Kook de bloemkoolroosjes in circa 5 minuten beetgaar.
5. Giet af en laat uitlekken.
6. Verhit 1 el olijfolie en fruit hierin de ui.
7. Voeg de knoflook, paprikapoeder, zout en peper toe en bak 1 minuut mee.
8. Schep het uienmengsel in een kom.
9. Verhit in dezelfde pan nog 1 el olijfolie en bak de bloemkool 2-3 minuten.
10. Snijd de paprika's in repen.
11. Meng de paprika, kikkererwten en bloemkool door het uienmengsel.
12. Klop het citroensap door de rest van de olijfolie.
13. Schep deze dressing met de koriander en feta door de salade.

TIP: Lekker met grof bruinbrood.

LET OP: De kaas in dit recept kan dierlijk stremsel bevatten. Wil je het recept strikt vegetarisch maken? Gebruik dan kaas met vegetarisch stremsel, deze is herkenbaar aan een vegetarisch logo.

Bron: boodschappen.nl

