



KOKEN MET EEN BUDGET

Mangosalade met pinda-koriandersaus en appel 'chips'

BIJGERECHT

🕒 2 uur + 10 minuten + 30 minuten

2 personen

DIT HEB JE NODIG:

- 🛒 1 lichtzure appel (bijv. Granny Smith)
- 🛒 1 el citroensap
- 🛒 1 harde (onrijpe) mango
- 🛒 ½ rettich
- 🛒 ½ tl zeezout
- 🛒 2 el rijstazijn
- 🛒 1 limoen
- 🛒 3 takjes koriander
- 🛒 2 el pindakaas
- 🛒 1 tl sambal
- 🛒 1 tl bruine basterdsuiker
- 🛒 1 tl Thaise vissaus
- 🛒 mespunt gemalen kruidnagel
- 🛒 1 zakje panklare spitskool

MATERIAAL: appelboor mandoline

ZO MAAK JE HET:

1. Oven voorverwarmen op 125 °C of gasovenstand 1.
2. Appel wassen en klokhuis eruit steken.
3. Appel met een mandoline in flinterdunne plakjes schaven en besprenkelen met citroensap.
4. Appelschijfjes op anti-aanbak-ovenmatje of heel licht ingevet bakpapier, leggen en in midden van oven in ca. 2 uur knapperig bakken.
5. Mango schillen en pit verwijderen.
6. Rettich schillen.
7. Mango en rettich in flinterdunne reepjes schaven en met spitskool in schaal doen.
8. Zout en azijn voorzichtig erdoor scheppen.
9. Ca. 30 minuten laten staan.
10. Limoen uitpersen.
11. Koriander fijn knippen.
12. In kom limoensap, 2 eetlepels water, koriander, pindakaas, sambal, suiker, vissaus en kruidnagelpoeder tot dressing mengen.
13. Salade over bordjes verdelen.
14. Dressing erover sprenkelen.
15. 'Chips' erover strooien.

TIP: Alternatief voor rettich: flinterdunne plakjes koolrabi (rauw of beetgaar gekookt) of dingeschaafde rauwe venkel.

Bron: [ah.nl](https://www.ah.nl)

