



# Italiaans, maar geen pasta!

## Italiaanse bonensalade met tonijn en pistache

*Insalata di fagioli all'italiana con tonno e pistacchi*

### 2 PERSONEN

🕒 30 minuten

### DIT HEB JE NODIG

- ✓ 2 el olijfolie extra vergine
- ✓ 1 teen knoflook fijngesneden
- ✓ 1 takje rozemarijn naaldjes fijngesneden
- ✓ 400 g cannellinibonen (blik), afgespoeld en uitgelekt
- ✓ 1 kleine sjalot fijngesneden
- ✓ 1½ el witte balsamico azijn of witte wijnazijn
- ✓ 100 g sperziebonen geblancheerd
- ✓ 100 g gele slabonen\* geblancheerd
- ✓ 125 g tonijnmoot op olijfolie, uitgelekt, in stukken
- ✓ 15 g pistachenoten geroosterd en grof gehakt
- ✓ ¼ bosje munt blaadjes afgeplukt
- ✓ ¼ bakje cress naar keuze, om te bestrooien



### ZO MAAK JE HET

1. Verhit 1 el van de olie in een koekenpan op hoog vuur.
2. Schep hierin de knoflook en rozemarijn ± 30 seconden tot de aroma's vrijkomen.
3. Voeg de cannellinibonen toe en bak ze 4-5 minuten onder af en toe omscheppen tot ze licht kleuren.
4. Neem van het vuur.
5. Meng voor de vinaigrette in een kleine kom de sjalot en azijn.
6. Laat 5 minuten intrekken en klop er dan de resterende olijfolie door.
7. Schep de groene sperziebonen en slabonen, tonijn, pistaches, munt en cress op een schaal.
8. Serveer met de cannellinibonen en vinaigrette.

\* Gele slabonen zijn malse, gele sperziebonen, ze worden ook wel boterbonen genoemd. Niet te verwarren met de grote crèmige peulvruchten die soms ook boterbonen worden genoemd. Gele slabonen zijn in het seizoen van juli t/m september verkrijgbaar bij goed gesorteerde groentewinkels of op de markt. Gebruik evt. een dubbele hoeveelheid sperziebonen.

**BRON:** [deliciousmagazine.nl](http://deliciousmagazine.nl)