



Mediterrane crushed komkommer met avocado en perziksalade

2 PERSONEN

🕒 25 minuten

DIT HEB JE NODIG:

voor de salade

- 🥗 2 snackkomkommers 12-15 cm, schuin in stukken gesneden
- 🥗 2 rijpe perziken, in partjes
- 🥗 1 kleinere avocado, in blokjes
- 🥗 ½ bosje verse koriander
- 🥗 ½ bosje Verveine
- 🥗 ½ bosje Citroenmelisse
- 🥗 ½ bosje munt, alles grof gesneden
- 🥗 25 g pepita's of pompoenpitten, kort gepoft in een droge koekenpan
- 🥗 ½ bosje platte peterselie, grof gesneden
- 🥗 ½ tl nigellazaad*
- 🥗 1 bol burrata
- 🥗 landbrood, voor erbij

voor de dressing

- 🥗 ½ tl korianderzaad, geroosterd in een droge koekenpan
- 🥗 ½ tl komijnzaad, geroosterd in een droge koekenpan
- 🥗 snuf chilivlokken
- 🥗 ½ teentje knoflook
- 🥗 geraspte schil en sap van 1 (bio)limoen
- 🥗 4 el goede olijfolie

MATERIAAL: vijzel

ZO MAAK JE HET:

1. Wrijf voor de dressing de specerijen met de knoflook en wat zout en versgemalen peper fijn in een vijzel.
2. Roer de fijne rasp van de limoen en het limoensap erdoor en giet de olijfolie er in een dunne straal bij tot de dressing zich mooi bindt.
3. Proef of er meer zout/zuur of juist olie bij moet en pas naar je smaak zo nodig iets aan.
4. Sla met de stamper van de vijzel of iets zwaars – zoals een deegroller of het blad van een zwaar mes – de kommerstukken iets kapot, zo pakken ze straks meer dressing op en glijdt het er minder snel af.
5. Bestrooi de komkommer, perzik, avocadoblokjes en verse tuinkruiden met wat zout en meng met bijna alle dressing.
6. Laat even staan om de smaken te laten intrekken.
7. Serveer de salade bestrooid met nigellazaad en knapperige pepita's en een bol burrata ernaast. Mocht je nog wat dressing over hebben, dan kan die over de burrata worden gegoten.
8. Geef er brood bij.

TIP: Nigellazaad is een geurig zwart zaad, je koopt het in de biologische supermarkt of bij de toko en winkels met Midden-Oosterse producten.

BRON: deliciousmagazine.nl

