



Aziatische salade met mango en groene asperges

2 PERSONEN

🕒 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🌿 500 g groene asperges
- 🌿 1 mango
- 🌿 1 rode peper
- 🌿 1 paprika
- 🌿 5 g koriander
- 🌿 ingemaakte rode ui*

voor de dressing

- 🌿 1 limoen
- 🌿 olijfolie
- 🌿 honing
- 🌿 peper en zout

MATERIAAL: -

ZO MAAK JE HET:

1. Bereid de rode ui volgens de aanwijzingen hieronder*
2. Het lekkerst zijn ze als je de ingemaakte uien een dag eerder maakt!
3. Was de groene asperges en snijd ongeveer 2 centimeter van de onder kant af.
4. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd in dunne reepjes.
5. Snijd de rode paprika en de mango in blokjes.
6. Verhit een beetje olie in een pan en roerbak de groene asperges hier ongeveer 5 minuten im, tot de groene asperge beetgaar is.
7. Laat een beetje afkoelen.
8. Meng de ingrediënten van de dressing en voeg bij de rode peper, paprika, mango en afgekoelde groene asperges.
9. Maak de salade af met de ingemaakte uien.

*** Hoe maak je ingemaakte zoetzure rode ui**

Hoeveelheid: 1 potje

Bereidingstijd: 15 minuten + 30 minuten wachten

DIT HEB JE NODIG:

- 4 rode uien
- 2 tenen knoflook
- 250 ml water (ongeveer)
- 250 ml witte azijn (ongeveer)
- 2 el honing of suiker
- peper en zout

MATERIAAL: een luchtdichte pot (500-600 ml)

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de rode uien in ringen en plaats deze in de lucht dichte pot.
2. Je kunt ook halve ringen maken.
3. Snijd de knoflook in dunne plakjes en voeg deze samen met de overige ingrediënten in een steelpannetje.
4. Verwarm dit nu tot het bijna kookt.
5. Giet de vloeistof bij de uien en sluit de deksel.
6. Na 30 minuten zijn de uien goed om te eten!

TIP: Vul je pot bijna vol door half water en half azijn toe te voegen. Dit is een manier om in te schatten hoeveel er precies in jouw pot past!

BRON: jaimyskitchen.nl

