

Benodigdheden

voor 2 personen

- 0.5 milliliter sinaasappel
- 0.5 stuk limoen
- 50 gram grapefruit
- 25 gram waterkers
- 50 gram fetablokjes in kruidenolie
- 2.5 eetlepels amandelen
- peper en zout
- 1 venkelknol
- 25 zwarte olijven

Tijd

20-30 minuten

VENKEL

Frise venkelsalade voor bij de lunch of BBQ.

Aan de slag

Stap 1: Was de venkel en snijd ze vervolgens op een 'mandoline' of een rasp in heel dunne plakjes.

Stap 2: Rasp 1 eetlepel schil van de goed schoongeboende sinaasappel en limoen en bewaar dit.

Stap 3: Ontpit de zwarte olijven.

Stap 4: Snijd met een scherp mes de schil van de sinaasappel, grapefruit en limoen en snijd vervolgens de partjes tussen de velletjes uit. Doe dit boven een schaal en vang zo ook het sap op.

Stap 5: Was de waterkers, verwijder de dikke steeltjes en laat ze goed drogen. Laat de fetakaas uitlekken maar vang de olie op, roer hier 2 eetlepels van het citrusvocht door samen met wat versgemalen peper en zout, zodat je een dressing krijgt.

Stap 6: Rooster de amandelen in een droge koekenpan.

Stap 7: Doe de waterkers in een schaal samen met de venkel, het citrusfruit, de geroosterde amandelen, olijven en de uitgelekte feta kaasblokjes. Schep alles goed door samen met de dressing.

Stap 8: Voeg eventueel voor een maaltijd salade 300 g gare quinoa of rijst toe.

