

Salade met walnoten en clementine

Deze snelle en gezonde salade is heerlijk fris door de citrusvrucht en de clementine olijfolie, nootachtig door de rucola en walnoten en natuurlijk vegetarisch.

Menugang: Bijgerecht
Type gerecht: Salades
Aantal personen: 4
Bereidingstijd: 10 minuten

Deze snelle en gezonde salade is heerlijk fris door de citrusvrucht en de clementine olijfolie, nootachtig door de rucola en walnoten en natuurlijk vegetarisch.

Bereidwijze

1. Hak de walnoten in grove stukken.
2. Verhit de helft van de notenolie (als je dit niet hebt, kan olijfolie ook) in een koekenpan, bak de walnoten op een matig vuur 1-2 minuten tot ze licht geroosterd zijn (laat ze niet verbranden!).
3. Schil de clementines, verwijderen van alle het witte vruchtvlees, en snijd in partjes, verzamel al het sap en doe dit in een kleine kom.
4. Leg de waterkers, rucola en clementine partjes in een kom met de warme walnoten, roer dit door elkaar en dek de kom af.
5. Roer de rest van de walnootolie, de clementineolijfolie, het citrussap en de balsamico azijn door elkaar.
6. Maak eventueel af met wat zout en peper en giet de dressing vlak voor het opdienen over de salade.

Ingrediënten

- 1 el walnotenolie
- 1 el clementineolijfolie
- 175 gram walnoten
- 3 clementines
- 85 gram rucola
- 85 gram waterkers
- 3 el balsamico azijn 6 jaar oud
- Zout en peper

accessoires