

IJzersterke salade



Ingrediënten

- 100 gr. volkoren penne of fusilli
- 50 gr. rucola of babyspinazie
- Flinke hand rauwe cashewnoten
- Sinaasappelpartjes
- Peper en zout

Dressing:

Olijfolie

Balsamicoazijn

Mespuntje mosterd

Sap van een halve sinaasappel

Peper en zout

1. Kook de pasta beetgaar en laat het afkoelen
2. Maak de dressing door eerst de mosterd met de azijn te mengen. Voeg daarna druppelsgewijs de olie toe totdat het een stabiel geheel wordt. Voeg tot slot het sap van een ½ sinaasappel toe en breng evt. verder op smaak met peper en zout
3. Meng de dressing door de volkoren pasta
4. Voeg de rucola of d bladspinazie toe
5. Meng vervolgens de cashewnoten door de salade.

Optioneel: rooster de cashewnoten eerst even

6. Ontvries de sinaasappel en gebruik de partjes als garnering. Maak eventueel af met wat druppeltjes balsamicoazijn.

Instructievideo ontvriezen van citrusfruit:

<https://www.youtube.com/watch?v=Vy6uXOyxfaY>