

Salade spinazie, avocado, blauwe bessen en geitenkaas¹

Recept 65

Menugang: Lunchgerecht
Benodigde tijd: 10 minuten
Aantal personen: 2 persoon

Ingrediënten

- 60 g zachte geitenkaas
- 60 g cashewnoten
- 80 g spinazie
- 2 avocado's
- 200 g blauwe bessen

Dressing

- 2 el extra vergine olijfolie
- ½ el gedroogde peterselie
- grove peper
- zeezout

Bereidingswijze

1. Snijd de avocado doormidden tot de pit en draai de helften van elkaar en haal de pit er uit.
2. Haal het vruchtvlees met een lepel uit de schil, snijd deze in blokjes of partjes.
3. Was de bosbessen.
4. Brokkel de geitenkaas.
5. Leg de spinazie op een bord
6. Voeg de avocado, bosbessen en geitenkaas eraan toe.
7. Maak de dressing van de olijfolie, gedroogde peterselie, peper en zout.
8. Sprengel de dressing over de salade.

Serveertip:

Serveer de salade verdeeld over twee borden. Maak je de salade voor een persoon, om te eten met twee personen, dan kun je er volkoren stokbrood bij serveren.

Variatietips:

- In plaats van de zachte geitenkaas kan er ook gekozen worden voor de zachte geitenkaas met honing
- In plaats van bosbessen kan er ook ander zacht fruit zoals bosbessen, frambozen of bramen worden gebruikt



¹ Bron: 50x lunchen zonder brood - Jennifer & Sven