

FIT & GEZOND LEVEN

KIKKERERWTENSALADE

vegan

INGREDIENTEN

1 ui
 1 kleine wortel
 (in 4e in de lengte en dan blokjes 5mm)
 70 gr kikkererwten
 25 gr zongedroogde tomaat
 2 el kappertjes
 ½ tl gerookt paprikapoeder pikant
 sap van ½ citroen
 ½ tl gemalen koriander
 100 gr veldsla
 2 sneën volkoren desembrood
 olijfolie (voor bakken en dippen)
 2 el za-atar thijm-sesam kruidenmengsel zout-peper

BEREIDING

1. Snij de ui en wortel in stukjes en bak 5 minuten in olijfolie, tot ze glazig zijn. Spoel de kikkererwten af, laat uitlekken en voeg toe aan de ui en wortel. Strooi de gerookte paprikapoeder, koriander en een flinke snuf zout erover en schep goed om. Schuif alles in een saladeschaal.
2. Snij nu de zongedroogde tomaat, pak de veldsla, voeg beide toe aan de saladeschaal en meng goed.
3. Besprenkel nog wat citroensap en eventueel olijfolie over de salade. Hou ook olijfolie apart voor het brood-dippen.
4. Serveer met brood, dat je eerst in olijfolie en dan in de za-atar kunt dippen.

EET SMAKELIJK!