

# Centrale Keuken Ikazia

Oranjesalade voor tijdens het EK

11 juni 2021

## Oranjesalade

Een heerlijk zomers recept! Een salade voor bij de BBQ of indien gewenst als hoofdgerecht maar voeg dan vooral wat noten toe voor extra eiwitten en gezonde vetten. Heb je liever geen plakjes rauwe champignon in je salade. Bak de champignons op in een pan en laat ze afkoelen.

## Voorbereiding

Was de babyspinazie. (Vaak is de spinazie al gewassen). Droog de spinazie in een slacentrifuge of schud goed uit.

Schil de zoete aardappel.

Snijd de zoete aardappel in blokjes.

Voeg de aardappelen toe aan een pan met water.

Breng het water aan de kook.

Kook de aardappelen beetgaar.

Spoel ze af met koud water en leg ze uit op een schone keukendoek.

Eventueel kan je ze ook opbakken.

Maak de kastanjechampignons schoon (verwijder aarde). Snijd de champignon in dunne plakjes.

Heb je liever gebakken champignons?

Bak de champignons op met een beetje peper.

Laat afkoelen voordat je deze op de salade legt.

Snijd de lente ui in fijne ringen.

Maak de wortel schoon.

Snijd met een dunschiller de wortel in dunne lange plakken.

Meng de olijfolie, witte wijnazijn en de mosterd.

Roer stevig door.



## Ingredienten

Wat heb je nodig? Dit recept is voor 3-4 personen.

300 gram babyspinazie

225 gram zoete aardappelen

125 gram wortel

40 gram kastanjechampignons

15 gram gesneden lente-ui

zout/peper naar smaak

Dressing

50 ml olijfolie

30 ml witte wijnazijn

20 gram mosterd grof

Wil je de dressing iets zoeter? Voeg dan honing toe.

## Bereiding

Meng voorzichtig de babyspinazie en zoete aardappel in een schaal.

Voeg de dressing en meng voorzichtig door elkaar heen.

Schep op een bord de spinazie en zoete aardappelen. Verdeel de dingesneden kastanjechampignons over de spinazie.

Leg de lange dunne slierten wortel netjes door de salade heen. Garneer met de lente-ui.

Voeg naar wens peper, zout en / of noten toe.

Geniet ervan!

Vragen over dit recept? Mail naar de teamleider  
centrale keuken: k.kap@ikazia.nl