

---

## Kruidige rijstsalade met feta,

druiven en aubergine van de BBQ



Cooking Time



Voor 3-4 personen

## Wat je van ons krijgt

- basmatirijst
- verse kruidenmix: Citroentijm en munt
- rode druiven
- citroen
- houten satéprikkers
- aubergines
- laurierblad
- feta <sup>7</sup>
- komkommer

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- zout
- zwarte peper

## Kookgerei

- aluminiumfolie
- grillpan of grote koekenpan
- keukenrasp
- kleine kookpan met deksel
- maatbeker
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Kooktip

Leg de satéprikkers voor gebruik een paar minuten in water te week zodat ze niet versplinteren of tijdens het bakken verbranden

### Allergenen

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie



### 1. Feta voorbereiden

Verwarm de barbecue of grillpan voor (**zie kooktip, links**). Knip een stuk aluminium van 20x20cm. Leg de **feta** in het midden, bestrooi met peper en leg daar het **laurierblad** en **citroentijm** op. Vouw de folie er netjes omheen.



### 4. Barbecueen

Leg ondertussen **fetapakketje**, de **druivenspiezen** en de **auberginehelften** met het snijvlak naar onderen op de barbecue (of grillpan of koekenpan). Keer de **aubergines** een keer om zodat de onderkant een mooi ruitpatroon krijgt. De **druivenspiezen** zijn klaar als het velletje begint te barsten, na ca. 2min. De **aubergines** en **feta** hebben ca. 5-6min per kant nodig.



### 2. Druivenspiezen maken

Rijg de **druiven** aan de **satéprikkers**. Evt. **overige druiven** kunnen een andere keer worden opgegeten of in een ander recept worden verwerkt. Halveer de **aubergines** en snijd het **vruchtvlees** dubbel diagonaal in zodat een ruitjespatroon ontstaat. Bestrijk met 1-2el olie en bestrooi met peper en zout.



### 5. Salade voorbereiden

Pluk intussen de **muntblaadjes**, gooi de steeltjes weg en hak de **blaadjes** grof. Snijd de **mini-komkommers** in de lengte doormidden en schraap de zaden er met een theelepeltje uit. Snijd **komkommers** in plakjes van 1/2 cm. Rasp de **citroenschil** en pers de **citroen** uit.



### 3. Rijst koken

Spoel de **basmatirijst** in een zeef onder de koud kraan schoon. Breng de **rijst** met 800ml in een kleine kookpan aan de kook. Doe dan de deksel op de pan en zet het vuur laag. Kook de **rijst** zo in 10-12min gaar. Zet het vuur dan uit en laat de deksel tot stap 6 op de pan staan.



### 6. Salade maken

Meng de **rijst** met de **komkommer**, **munt**, 1el olijfolie en **1-2el citroensap** en **1tl rasp** en breng op smaak met een beetje zout (let op: de **feta** is al vrij zout). Serveer de **salade** met de **aubergine**, verkruimel de **feta** erover en serveer de **druivenspiezen** erbij.