

# MARLEY SPOON



## Moderne Luiske salade

met spekjes, krieltjes en truffelolie



20-30min



Voor 3-4 personen

Mosselen, stoofvlees en frieten, allemaal bekende, Belgische gerechten. Kende je echter de Luikse salade al? Daar heeft onze culi stagiaire Branca dit recept op geïnspireerd. De combinatie van krieltjes, sperziebonen, spekjes en ei staat centraal in deze maaltijd. En om dit gerecht een extra boost in smaak te geven, voeg je truffelolie toe. Wat ons betreft een heerlijke combinatie!

## Wat je van ons krijgt

- krieltjes
- sperziebonen
- gesneden spitskool
- rode ui
- truffelolie
- verse kervel
- spekjes
- eieren<sup>3</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- peper en zout

## Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen met deksels
- grote koekenpan
- vergiet
- waterkoker

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

## Kooktip

Of giet de eieren af en spoel ze af onder de koude kraan. Zet opzij zodat ze verder afkoelen.

## Allergenen

eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 590.0kcal, vet 31.7g, eiwit 23.3g, koolhydraten 48.1g



1. Krieltjes koken

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Schrob de **krieltjes** onder de kraan schoon en snijd ze doormidden. Snijd grotere **krieltjes** in vieren. Doe de **krieltjes** in een middelgrote kookpan en overgiet ze met het gekookte water tot ze net onderstaan. Voeg een snuf zout toe en breng aan de kook. Kook de **krieltjes** in ca. 15min gaar en giet ze af.



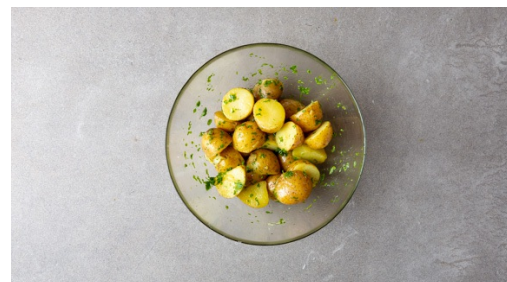
4. Spekjes bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg de **spekjes** toe zodra de pan heet is. Voeg na 2min bakken de **spitskoolreepjes** en **ui** toe en bak 5-6min al regelmatig roerend. Voeg de **ui** later toe als je van een sterkere uiensmaak houdt.



2. Eieren koken

Giet de rest van het gekookte water in een kleine kookpan en breng aan de kook. Laat de **eieren** voorzichtig in het kokende water glijden. Kook voor een zachtgekookt **ei**je de **eieren** 5-6 minuten. Kook 1-2min langer voor hardgekookte **eieren**. Giet af en laat ze schrikken in een kom koud water (**zie tip, links**). Pel, halveer en snijd de **ui** in dunne halve ringen.



5. Krieltjes kruiden

Hak de **kervel** zonder de harde steeltjes grof. Meng **2el truffelolie** met 1el azijn, 1/4tl zout en peper naar smaak. Doe de gekookte **krieltjes** met de **dressing** en **kervel** in een grote kom en schep om.



3. Sperziebonen koken

Breng opnieuw water in de waterkoker aan de kook. Dop de **sperziebonen** en halveer ze. Doe het gekookte water in de gebruikte, kleine kookpan en voeg een snuf zout toe. Kook de **sperziebonen** ca. 5-6min tot ze gaar zijn. Kook ze 1-2min langer voor een minder stevige beet.



6. Salade maken

Pel de **eieren**. Doe de **sperziebonen** en gebakken **spitskoolmix** in de kom met **krieltjes** en schep goed om. Proef en breng de **salade** op smaak met peper en zout. Schep de **salade** op en leg er een gekookt **ei** bovenop. Snijd het **ei** doormidden zodat het **eigeel** eruit loopt. Besprenkel met de **rest van de truffelolie** en evt. azijn naar smaak.