

Oosterse knolselderijfriet

met fruitige courgettesalade



30-40min



Voor 3-4 personen

Wist je dat de bleekselderij voortkomt uit een andere oude bekende, de knolselderij? Die laatste groeit onder de grond, de stengels groeien uit de knol en komen bovengronds. Zo levert een plant twee mooie ingrediënten. Vandaag roosteren we knolselderijfrietjes samen met Midden-Oosters gekruide kikkererwten in de oven. Erbij serveer je een frisse dip van yoghurt en munt en een salade met courgett...

Wat je van ons krijgt

- verse kruidenmix: munt & bieslook
- babyspinazie
- amandelschaafsel ¹⁵
- kikkererwten
- Habesha's Berbere spice blend
- courgette
- pruimen
- yoghurt ⁷
- knolselderij ⁹

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- dunschiller of kaasschaaf
- oven
- zeef

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

Allergenen

melk (7), selderij (9), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 552kcal, vet 32.5g, koolhydraten 36.5g, eiwit 20.0g



1. Selderij snijden

Verwarm de oven voor op 220°C. Schil de **knolselderij**, snijd hem in 1cm dikke plakken en vervolgens in lange repen. Giet de **kikkererwten** in een zeef af en spoel ze schoon.



4. Dip maken

Pluk de **muntblaadjes**, snijd ze in dunne reepjes en doe de steeltjes weg. Roer de **mint** met een snuf zout en peper door de **yoghurt**.



2. Knolselderij bakken

Meng de **knolselderijfriet** en **kikkererwten** in een kom met de **spice mix**, 2-3el olie, zout en peper. Verdeel de **groente** en **kikkererwten** over 1-2 bakplaten met bakpapier en rooster 20-30min in de oven tot de **kikkererwten** knapperig zijn en de **knolselderij** gaar is.



5. Salade maken

Was de **babyspinazie** grondig en laat in een zeef uitlekken. Doe de **courgettelinten**, **pruimen** en **bieslook** met de **spinazie** in een grote kom. Maak een **dressing** van 2el olijfolie, 1-2el azijn en een snuf peper, zout en suiker. Roer de **dressing** kort voor het serveren door de **salade**.



3. Salade voorbereiden

Gebruik een dunschiller of kaasschaaf om dunne linten van de **courgettes** te schaven, draai de **groente** na elke slag. Snijd de **pruimen** in vieren, verwijder de pit en snijd de **pruimen** in plakjes. Snijd de **bieslook** in stukjes van 1-2cm.



6. Amandelen roosteren

Verdeel 3-5min voor het einde van de baktijd het **amandelschaafsel** over de bakplaat met **knolselderij**. De **noten** verbranden snel, dus houd ze goed in de gaten! Serveer de **geroosterde groenten** met de **salade** en **yoghurdip**.