

Wortelsalade met sinaasappel en honing

Bron: Allerhande 2 2013



🍱 bijgerecht

👤 4 personen

🕒 10 min 10 min

Ingrediënten

450 g dun gesneden wortelreepjes

1 sinaasappel

4 tl vloeibare honing

4 el olie

peper en zout

2 el sesamzaadjes

Voedingswaarden

(per eenpersoonsportie)

Energie: 215 kcal

Eiwit: 2 g

Vet: 17 g

Koolhydraten: 12 g

Bereiden

STAP 1 Doe 450 gram dun gesneden wortelreepjes in een grote kom. Rasp het oranje laagje van de schil van 1 sinaasappel. Snij de sinaasappel doormidden en pers 'm daarna uit.

STAP 2 Doe het oranje sinaasappelrasp en het sinaasappelsap in een schaalje. Doe er 4 theelepels vloeibare honing, 4 eetlepels olie, een beetje zout en een beetje peper bij. Je hebt nu een dressing.

STAP 3 Roer alles goed door elkaar. Zet een koekenpan op het vuur en doe er geen olie of boter, maar wel 2 eetlepels sesamzaadjes in.

STAP 4 Bak de sesamzaadjes lichtbruin. Schud de pan af en toe heen en weer zodat de sesamzaadjes aan alle kanten een kleurtje krijgen.

STAP 5 Laat ze eventjes wat kouder worden. Doe de dressing door de wortelreepjes in de grote kom en strooi de sesamzaadjes erover.