



Erwten-fetasalade met munt en citroen

Een levendige zomerse salade van zoete doperwten, zilte feta en frisse munt met citroen. Licht, eiwitrijk en klaar voor je het weet.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	5'	4	Zomers & luchtig

Ingrediënten

400 gr diepvries doperwten
150 gr feta
1 handvol verse munt
sap en zeste van 1 citroen
3 el olijfolie extra vergine
2 lente-uitjes

2 el pijnboompitten

1 handvol rucola

snuifje zout

snuifje peper

Bereidingswijze

- 1.** Kook de doperwten 3 minuten in gezouten water tot ze net gaar zijn. Giet af en spoel onder koud water zodat ze fris groen blijven.
- 2.** Rooster de pijnboompitten in een droge pan goudbruin en laat ze afkoelen.
- 3.** Snij de lente-uitjes in fijne ringen en hak de munt grof.
- 4.** Doe de erwten in een ruime kom met de lente-ui, de munt, de citroenzeste en het citroensap.
- 5.** Giet de olijfolie erbij en meng voorzichtig. Breng op smaak met zout en peper.
- 6.** Verkruiemel de feta erover en schep ze er losjes onder.
- 7.** Werk af met de geroosterde pijnboompitten en een handvol rucola. Serveer op kamertemperatuur.

Tip

Voeg de feta helemaal op het einde toe en meng voorzichtig, zo blijven er mooie brokjes in plaats van een gladde massa.

Lekker met

Geroosterd zuurdesembrood

Dranktip

Een frisse sauvignon blanc