

# Zoete aardappelsalade



## Ingrediënten voor 1 à 2 personen:

- 1 kleine zoete aardappel (+/- 100-130g)
- paprikapoeder & peper
- 130g gekookte linzen
- enkele kerstomaten
- ¼ komkommer
- 1 eetlepel pijnboompitten
- handvol salade naar keuze
- 50 g feta

### *Dressing:*

- 1 el olijfolie
- 1 el water
- 1 koffielepel appelazijn
- ½ koffielepel mosterd
- peper & zout



## Bereidingswijze

- Was de zoete aardappel (schillen mag, maar hoeft niet) en snijd vervolgens in brunoise (kleine blokjes).
- Vermeng de aardappel met paprikapoeder & peper (en eventueel zout) en bak ze nadien af in een antikleefpan (gebruik een bakspray om in te vetten) OF bak af in de airfryer (+/- 6 minuten op 180°).
- Giet de linzen af en spoel na met water.
- Was en halveer de tomaatjes.
- Was en snijd de komkommer in brunoise (schillen mag, maar moet niet).
- Rooster de pitjes zonder vetstof in een pan. Blijf erbij, dit gaat snel! Haal ze nadien ook meteen uit de pan.
- Maak vervolgens de dressing door alle ingrediënten in een apart kommetje te mengen. Breng op smaak met peper (en zout).

- Neem een serveerkom en doe hierin salade, de zoete aardappelstukjes, de tomaatjes en de komkommer.**
- Werk de salade af met de pijnboompitten en verkruimel hierover de fetakaas. Schenk er de dressing bij en serveer!**

---

## Tips

- Zoete aardappel is helemaal hip en trending, maar is qua voedingswaarde gelijkaardig aan een gewone aardappel. Qua smaak is het echter wel verschillend, zoals de naam reeds doet vermoeden smaakt deze aardappel zoeter en kruidiger dan onze 'gewone' variant. Ideaal qua smaakbeleving in combinatie met de fetakaas in deze lauwwarme salade.**
- Uiteraard kan je deze salade ook aanvullen met andere (restjes) rauwkost uit de koelkast.**

---

## Bron

- gebaseerd op een recept van [www.beafood.nl](http://www.beafood.nl)**