

Salde met kwarteleitjes / salad with quails eggs



De boodschappen

- 100 gram baby spinazie
- 250 gram sperziebonen
- 6-8 kwarteleitjes
- 60 ml olijfolie
- 1/2 citroen, sap en rasp
- 2 eetlepels ahornsiroop
- 500 gram nieuwe aardappels
- 50 gram baby bietjes
- 6 verse baby-vijgen
- 3 lenteuitjes
- 2 eetlepels pittige mosterd
- zeezout & versgemalen zwarte peper

Een lekkere salade met nieuwe aardappeltjes in de schil gekookt en allerlei baby groenten en fruit is een goed lunchgerecht maar kan ook als avondmaaltijd gegeten worden. Warm of koud is deze salade erg lekker!

De salade

Boen de aardappeltjes schoon in warm water en kook ze in 15-20 minuten beetgaar.

Was de bonen in koud water en haal ze af, kook ze ook beetgaar in 15-20 minuten.

Was de baby spinazie in ijskoud water, laat goed uitlekken, verdeel over de schaal.

Verdeel de boontjes, bietjes, aardappels en de babyvijgen er over.

Kook de kwarteleitjes 2-3 minuten, naar smaak, snij ze door en garneer de salade ermee

De dressing

Roer de olie met citroenrasp en sap, ahornsiroop en mosterd door elkaar.

Snij de lenteuien in dunne ringetjes, roer ze ook door de dressing tot alles gecombineerd is.

Giet de dressing over in een mooi flesje en serveer de salade met de dressing er naast.

Salde met kwarteleitjes / salad with quails eggs



Shopping list

- 100g baby spinach
- 250g green beans
- 6-8 quails eggs
- 60ml olive oil
- 3 spring onions
- 2 tablespoons maple syrup
- 500g new potatoes
- 50g baby beetroot
- 6 fresh baby figs
- 1/2 lemon, zest and juice
- 2 tablespoons mustard
- sea salt & freshly ground black pepper

A tasty salad with in their skins boiled, new potatoes and all kinds of baby vegetables and fruit is a good lunch dish. But it can also be served as an evening meal. Hot or cold, this salad is delicious!

The salad

Scrub the new potatoes clean in warm water, Boil them in 10-15 minutes al dente.

Wash the green beans in cold water, strip them and boil them in 15-20 minutes al dente.

Wash the baby-spinach in ice cold water, let it drain well then arrange it on a platter.

Divide the beans, beetroot, potatoes and the baby figs over the spinach.

Boil the quails eggs 2-3 minutes, cut in half and garnish the salad with the eggs.

The dressing

Stir olive oil with lemon zest & juice, maple syrup and mustard.

Cut the spring onions into fine rings, add them to the dressing and stir until well combined.

Transfer the dressing to a pretty bottle and serve the salad with the dressing on the side.