

La Comida Deliciosa

Recept – recipe - receta

Salade van geroosterde rode biet en rucola	Salad of roasted beetroot and rucola	Ensalada de remolacha rostado y rúcula
<p>Salade (4 – 6 personen) 55 minuten</p> <ul style="list-style-type: none">• 400 g rode bieten, geschild en in parten• 4 el extra vierge olijfolie• 1 el palmsuiker• 1 el balsamicoazijn,• Zout en peper• 200 g rucola• Sap van 1 citroen• 135 g geroosterde amandelen• 120 g verkruimelde fetakaas	<p>Salad (4 – 6 persons) 55 minutes</p> <ul style="list-style-type: none">• 400 grams of beetroot, peeled and in parts• 4 tbsp extra vergin olive oil• 1 tbsp of palm sugar• 1 tbsp of balsamic vinegar• Salt and pepper• 200 grams of rucola• Juice of 1 lemon• 135 grams of roasted almonds• 120 grams of crumbled feta cheese	<p>Ensalada (4 – 6 personas) 55 minutos</p> <ul style="list-style-type: none">• 400 gramos de remolacha, pelado y en partes• 4 cucharadas de aceite de oliva extra vergin• 1 cucharada de azucar de palma• 1 cucharade del vinagre balsámico• Sal y pimienta• 200 gramos de rúcula• Zumo de un limón• 135 gramos de almendras rostado• 120 gramos de queso feta desmigajado
<p>Verwarm de oven voor op 180° graden. Leg stukken rode biet in grote ovenschotel met bakpapier en meng 2 el olijfolie, palmsuiker, azijn, zout en peper erdoor.</p>	<p>Preheat the oven at 180° degrees. Put the pieces of beetroot in a large oven dish with baking paper and mix 2 tbsp of olive oil, palm sugar, vinegar, salt and pepper through it.</p>	<p>Precaliente el horno en 180° grados. Pon los trozos de remolacha en un plato preparado al horno largo con papel y mezcla 2 cucharadas de aceite de oliva, azucar de palma, vinagre, sal y pimienta por los.</p>
<p>Spreid de bietparten uit in één laag. Bak zacht in 40-45 minuten tot ze beginnen te verschrompelen. Laat afkoelen.</p>	<p>Spread the beetroot parts in one layer. Bake softly in 40 -45 minutes till they start to shrivel. Leave it to cool.</p>	<p>Extiende los trozos de remolacha en un bajo. Cuece suave en 40 -45 minutos hasta los empezar de arrugada. Deja enfriarse.</p>
<p>Meng de rucola met de citroensap en rest van de olijfolie en verdeel over 6 borden. Verdeel de afgekoelde bieten erover en bestrooi met feta en amandelen.</p>	<p>Mix the rucola with the lemon juice and rest of the olive oil and divide over 6 plates. Divide the cooled off beetroot on it and sprinkle with feta and almonds.</p>	<p>Mezcla la rúcula con el zumo de limón y el resto de aceite de oliva y divide sobre 6 platos. Divide las remolachas enfriandose sobre las y espolvorea con feta y almendras.</p>
<p>Serveer met geroosterd brood.</p>	<p>Serve with roasted bread.</p>	<p>Sirve con pan rostado.</p>

