

La Comida Deliciosa

Recept – recipe - receta



Veldsla met geitenkaas en frambozen

Salade (4 personen)

10 minuten

- 2 el pijnboompitten
- 1 el witte wijnazijn
- 1 el honing
- 3 el olijfolie
- 75 g veldsla
- 3 bosuitjes, in ringetjes gesneden
- 125 gr verse geitenkaas
- 150 gr frambozen

Rooster de pijnboompitten in een koekenpan goudbruin en laat afkoelen.

Klop de azijn met de olijfolie en de honing in een kom. Voeg peper en eventueel zout toe.

Verdeel de veldsla en de bosuitjes over de borden en meng met de dressing.

Verdeel de gietenkaas, de frambozen en de pijnboompitten over de sla.

Serveer met een smoothie.

Lamb's lettuce with goat cheese and raspberries

Salad (4 persons)

10 minutes

- 2 tbsp of pine nuts
- 1 tbsp of white wine vinegar
- 1 tbsp of honey
- 3 tbsp of olive oil
- 75 grams of lamb's lettuce
- 3 spring onions, sliced in rings
- 125 grams of fresh goat cheese
- 150 grams of raspberries

Roast the pine nuts in a baking pan golden brown and leave it to cool.

Whisk the vinegar with the olive oil and the honey in a bowl. Add pepper and if necessary salt.

Divide the lamb's lettuce and the spring onions on the plates and mix with the dressing.

Divide the goat cheese, the raspberries and the pine nuts on the lettuce.

Serve with a smoothie.

Hierba de canónigos con queso de cabra y frambuesas

Ensalada (4 personas)

10 minutos

- 2 cucharadas de piñones
- 1 cucharada del vinagre del vino blanco
- 1 cucharada del miel
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 75 gramos de la hierba de canónigos
- 3 cebollinos, cortado en anillos
- 125 gramos de queso de cabra fresco
- 150 gramos de frambuesas

Tuesta los piñones dorado en un sartén y deja enfriarse.

Bate el vinagre con el aceite de oliva y el miel en un tazón. Añade pimienta y eventual sal.

Divide la hierba de canónigos y los cebollinos sobre los platos y mezcla con al aliño.

Divide el queso de cabra, los frambuesas y piñones sobre la lechuga.

Sirve con al batido de frutas.