

Recept: Maaltijdsalade met Geitenkaasmousse, Rode Biet Carpaccio en Walnoot Crumble



Een luxe maaltijdsalade vol kleur, textuur en smaak. De zachte geitenkaasmousse combineert prachtig met de aardse rode bieten, knapperige walnoot-crumble en voedzame quinoa. Perfect voor een feestelijke lunch of licht diner.

Foto : meltmeal.com



Aantal personen: 8



Tijd: 45 minuten



Moeilijkheid: middel

Ingrediënten:

Voor ... personen

Quinoa & Groenten

- | | | | |
|---|------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> Quinoa | 500 g | zeer goed spoelen in een zeefje | |
| <input type="checkbox"/> Rode bieten | 1,2-1,5 kg | gekookt, de helft in fijne brunoise, de andere helft in mooie fijne schijfjes | |
| <input type="checkbox"/> Rucola of jonge bladgroenten | 200 g | | |
| <input type="checkbox"/> Rode uien | 2 | dunne ringen | |
| <input type="checkbox"/> Appels | 2 | kleine blokjes (optioneel) | |
| <input type="checkbox"/> extra salade | | als basis | |
| <input type="checkbox"/> rode bieten scheuten | | garnering | |

<input type="checkbox"/>	Rode bietensap	200 ml		
<input type="checkbox"/>	sjalot	1	fijngesnipperd	
<input type="checkbox"/>	look	3 teentjes	fijngesnipperd	
<input type="checkbox"/>	groentenbouillon	1 kl		
<input type="checkbox"/>	sojasaus	1 kl		
<input type="checkbox"/>	sesamolie	1 kl		
<input type="checkbox"/>	olijfolie	1 kl		
Geitenkaasmousse				
<input type="checkbox"/>	Zachte geitenkaas	800 g		
<input type="checkbox"/>	Slagroom	400 g		
<input type="checkbox"/>	Griekse yoghurt	4 el		
<input type="checkbox"/>	Honing	4 el		
<input type="checkbox"/>	Citroen	½	sap	
<input type="checkbox"/>	Zout & zwarte peper	Naar smaak		
Walnoot-crumble				
<input type="checkbox"/>	Walnoten	240 g		
<input type="checkbox"/>	Panko	90 g		
<input type="checkbox"/>	Ongezouten boter	50 g	gesmolten	
<input type="checkbox"/>	Bruine suiker	3 el		
<input type="checkbox"/>	Zout	Snuf		

Bereidingswijze

Quinoa Koken en verwerken

- Spoel de quinoa goed af in een fijne zeef onder koud stromend water.
- Kook de quinoa volgens de verpakkingsinstructies (meestal 1 deel quinoa op 2 delen water, ongeveer 15 minuten).
- Laat de quinoa nog 10 minuten nagaren met een propere handdoek over de kom, van het vuur
- Laat de gekookte quinoa volledig afkoelen
- Doe het rode bietensap, de sjalot, de look en groentenbouillon in een sauspannetje en breng aan de kook. Laat 15 minuten zachtjes koken.
- Giet over in een maatbeker en zet er de mixer in
- Voeg de sojasaus, de sesamololie en olijfolie toe, kruid met peper en zout en mix nog kort
- Roer deze saus door de afgekoelde quinoa en zet opzij

Geitenkaasmousse Maken

- Klop de slagroom tot deze net stijf is (niet te lang, anders wordt het boter).
- Mix in een aparte kom de zachte geitenkaas, Griekse yoghurt, honing en citroensap tot een gladde massa.
- Spatel voorzichtig de opgeklopte slagroom door het geitenkaas-mengsel.
- Breng op smaak met zout en zwarte peper.
- Doe in een spuitzak met rond mondje
- Zet de mousse in de koelkast tot gebruik.

Walnoot-crumble Bereiden

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Hak de walnoten grof (niet te fijn).
- Meng de walnoten, panko, gesmolten boter, bruine suiker en een snuf zout in een kom.
- Verdeel het mengsel over een bakplaat met bakpapier.
- Bak 10-12 minuten in de oven tot goudbruin en knapperig. Roer halverwege even om.
- Laat volledig afkoelen - de crumble wordt dan extra knapperig.

Groenten Voorbereiden & Samenstellen

- Snijd de helft van de rode bieten in dunne plakjes en de andere helft in fijne brunoise
- Snijd de rode ui in dunne ringen en spoel deze even onder koud water (haalt scherpte weg).
- Schil de appels en snijd in kleine blokjes. Besprenkel direct met wat citroensap om verkleuring te voorkomen.
- Roer de brunoise en de appel door de quinoa
- Was de rucola en laat goed uitlekken.
- Verdeel de rucola en gemengde sla over slakommen
- Doe de quinoa in een ronde vorm of dresseerring of schep op de salade
- leg er de schijfjes rode biet op en bestrijk ze met olijfolie en kruid met peper en zout
- Gebruik de rode ui er rond als garnituur
- Spuit de geitenkaasmousse bovenop de quinoa
- Strooi de knapperige walnoot-crumble erover.
- Werk af met de scheutjes

Vinaigrette

Maak tot slot een klassieke Franse honing/mosterd vinaigrette voor erbij. Basis =

- 3 el olijfolie
- 1 el appelazijn
- 1 kl mosterd
- 1 kl honing
- peper en zout

Een leuk detail voor Valentijn. Steek een hartje uit een schijfje rode biet en gebruik als topping.