

Eitje Boerenkool-Bietensalade



*Deze salade kan warm en koud worden gegeten. Als voorgerecht maar ook als lunch (koud mee in de lunchtrommel) en wat zou er mis zijn met zo'n ontbijtje.
*Als je de salade warm eet zorg dan dat je de boerenkool en de rode bieten tegelijk klaar hebt en ondertussen je eitje bakt.

INGREDIËNTEN: 1 personen
125 gr boerenkool
2 middelgrote rode bieten
3 eetlepels roomboter
1 ei

Dressing: sap van een halve sinaasappel | 1 teentje knoflook | 1½ eetlepelolijfolie | peper en zout.

BEREIDING:

Terwijl de boerenkool en de rode bieten aan het garen zijn maak je de dressing: Gebruik het sap van een half geperste sinaasappel, pers een teentje knoflook. Meng het sinaasappelsap, de olijfolie en de geperste knoflook door elkaar en maak af met een beetje peper en zout.

De rode bieten gaarkoken, ontvellen en raspen of in kleine plakjes of blokjes snijden.

Breng een flinke pan met water aan de kook en voeg een schepje zout toe. Laat de boerenkool in het kokende water zakken en kook 4 tot 5 minuten. Giet af en snijd de boerenkool fijn.

Smelt de roomboter op een hoog vuur tot dat het sist en voeg schep daar de boerenkool doorheen en schep om en om.

Spiegeleitje bakken.

Schep de boerenkool op een bord daarop de rode bieten en giet de dressing erover. Laat het spiegeleitje uit de pan glijden op de salade.