

SALADE NIÇOISE

Land: Frans

Maaltijd: Hoofdgerecht

Porties: 2 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

INGREDIËNTEN VOOR 2 PERSONEN

- 400 gram grote krieltjes (je kunt ook gewone vastkokende aardappels nemen)
- 200 gram sperziebonen
- 1 klein kropje sla (bijv. romainesla)
- 1 blik artisjokharten
- 2 tomaten
- 1 sjalot
- 1 blikje ansjovis
- 2 gerookte makreelfilets
- 2 eieren

voor de dressing

- 4 el extra vierge olijfolie
- 1 el grove mosterd
- 2 el witte wijnazijn (of neem citroensap)

WAT GA JE DOEN

Kook de krieltjes in ongeveer 10 minuten gaar, tot je er met een scherp mesje gemakkelijk doorheen glijdt. Breng water aan de kook voor de eieren en kook de eieren vervolgens 7 minuten in het kokende water. Spoel de aardappeltjes en eieren kort af onder de koude kraan.

Haal ondertussen de puntjes van de sperziebonen en halveer lange exemplaren. Kook de sperziebonen in ca. 10 minuten beetgaar (proef af en toe of ze al goed zijn). Spoel ze kort af met koud water.

Verhit een grillpan op hoog vuur en bestrijk met olie (heb je geen grillpan, laat deze stap dan achterwege en voeg de artisjokken gewoon zo aan de salade toe). Halveer de artisjokharten en grill ze met de snijkant naar beneden tot je mooie donkere grillstreepjes ziet. Haal ze dan uit de grillpan en leg opzij.

Pel de sjalot en snijd hem in de breedte in dunne ringen. Snijd de tomaten in blokjes. Was de sla en trek de bladeren uit elkaar. Halveer de bladeren als ze erg groot zijn. Trek de gerookte makreel met je handen of 2 vorken uiteen in grove stukken. Snijd de ansjovis heel fijn. Pel de eieren en halveer ze.

Meng voor de dressing de olijfolie, mosterd, wijnazijn, peper en wat zout tot alles goed gemengd is.

Doe de krieltjes, sperziebonen, sla, tomaten, sjalot en ansjovis in een grote kom samen met de dressing. Meng alles goed door elkaar. Maak de salade af met de makreel, eieren en artisjokharten en serveer.