

REGENBOOGSALADE

Groentenspaghetti's



Vorbereiding : 10 min - **Rusttijd :** - - **Koken :** 5 min - **Materiaal :** Spiral Expert + Spaghetti kegel

Ingrediënten : 4 PERSONEN

- 4 regenboogwortels (500 g), geschild - 2 courgettes (500 g) - 3 eetlepels gemengde kruiden (dille, bieslook en munt), gehakt - 50 ml citroensap - 2 eetlepel honing - 1 eetlepel honing - 3 eetlepels olijfolie - 40 g pompoenpitten (optioneel) - zout en peper uit de molen

1. Snijd de wortels en de courgettes met de kegel SPAGHETTI.
2. Meng de kruiden, het citroensap, 2 theelepels honing, de olie, zout en peper in een slakom. Voeg de spaghetti toe en roer.
3. Rooster de pompoenpitten op middelhoog vuur in een braadpan, voeg de rest van de honing en een snufje zout toe. Roer om tot alles karameliseert. Laat de pitten op bakpapier afkoelen en strooi ze over de salade.

Tip van de chef :

U kunt de regenboogwortels door oranje wortels vervangen.

© 2018 Hachette Livre (Marabout)

© Anna Helm Baxter

© Beatriz Da Costa