

Ingrediënten voor 2 personen

Salade met makreel en appel
Zakje sla naar keuze (persoonlijk vind ik veldsla hierbij het lekkerst)
200 gerookte makreelfilet in stukjes
2-3 stengels bleekselderij in boogjes
1 appel in schijfjes
3 zoetzure augurken in blokjes
2 el mayonaise of halvanaise peper en zout
Salade tonnato style
1 blikje tonijn
3 el mayonaise
2-3 ansjovisfilets
5-6 el droge witte wijn
zakje sla naar keuze
12 plakjes fricandeau
1 el kappertjes peper en zout
stokbrood
Pastasalade met zalm (4 personen)
300 gr penne
500 gr broccoli in roosjes
200 gr doperwtjes (diepvries)
250 gr kerstomaatjes gehalveerd
200 gr gerookte zalmfilet in reepjes
2 el mayonaise
125 ml zure room
3 el dille fijngehakt
zout en peper

Tijd: 10-20 min.

Keuken: Nederlands

Soort_gerecht: Salade

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee

Licht/luchtige salades voor na de feestdagen

3 tips voor lekkere, makkelijke en lichte salades
Salade met makreel en appel
Salade tonnato style
Pastasalade met zalm

Bereidingswijze

Salade met makreelfilet en appel
Verdeel de sla over 2 borden en verdeel daar over heen de makreelfilet en bleekselderij. Steek de appel er tussen en bestrooi met de augurkblokjes. Verdun de mayo met 1 el water en voeg hier zout en peper aan toe. Druppel de mayo over de salade.
Salade tonnato style
Pureer met de staafmixer de tonijn, de mayo en ansjovis. Verdun het de witte wijn tot een dikke romige saus. Breng het op smaak met zout en peper. Verdeel de sla en de fricandeau over 2 borden. Druppel de tonijndressing erover. Strooi de kappertjes er over heen en serveer de rest van de tonijndressing er apart bij, met stokbrood.
Pastasalade met zalm
Kook de penne gaar en spoel af onder koud water. Kook de broccoli in circa 3 min knapperig gaar en spoel af onder koud water. Ontdooi de doperwten in een zeef onder warm stromend water en laat ze uitlekken. Meng in een ruime schaal de penne met de broccoli, de erwten, de tomaatjes en de zalm. Roer de mayo door de zure room. Voeg hier de dille, peper en zout aan toe. Schep de dressing door de pastasalade.