

Ingrediënten voor 4 personen

1 gele paprika 2 vleestomaten 1
kleine rode ui 3/4 komkommer
Dressing: 2 theelepels za'atar
kruiden (ik had Jonnie Boer) 3
eetlepels extra virgine olijfolie 3
eetlepels citroensap 1 ½ eetlepel
vloeibare honing 2 eetlepels
gehakte peterselie 2 eetlepels
gehakte bieslook

Tijd: 10-20 min.

Keuken: Multi-cultureel

Soort_gerecht: Salade

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee

Heerlijke frisse salade uit het Midden-Oosten met za'atar

Op internet vond ik diverse recepten voor Israëliische salades en salades uit het Midden-Oosten. In al deze salades kwam za'atar voor. Dit kruidenmengsel stond op een rekje in mijn keuken maar had ik nog nooit gebruikt. Reden temeer om een keer deze salade te maken. Met succes, maar wel met mijn eigen variatie. Wij vinden honing en verse kruiden altijd een lekkere toevoeging. Ik hou zelf niet zo van munt, maar in deze salade zal het vast heel lekker zijn.

Hulpmiddelen

Schaal

Bereidingswijze

Verwijder de zaadlijsten en de pitjes uit de paprika. Je kunt de paprika ook schillen met een scherp mesje. De paprika is dan beter verteerbaar. Snij de paprika in hele kleine blokjes. Snij de vleestomaten in vieren en verwijder de pitjes. Snij de tomaten in kleine blokjes. Was en schil de komkommer gedeeltelijk (ik liet steeds een stuk groene schil zitten, staat dat leuker). Snij de komkommer in de lengte in vieren. Verwijder de zaadlijsten. Snij de komkommer in kleine blokjes. Meng de olijfolie met citroensap, honing en za'atar goed door elkaar. Meng de dressing door de salade. Roer een flinke hoeveelheid peterselie en bieslook door de salade (hou je van munt dan is dat ook lekker in deze salade). Laat de salade minimaal 30 minuten intrekken. Af en toe omscheppen.

Serveertips

Za'atar is een kruidenmelange uit het Midden-Oosten. Het is ook de naam van een wilde oregano (*Origanum syriacum*) die verwant is aan marjolein. De kruidenmelange za'atar bestaat traditioneel uit het kruid zelf, gemengd met sesamzaad en sumak (zure rode gedroogde besjes). Er zijn echter veel variaties op deze mix gangbaar. De melange wordt in het Midden-Oosten bij veel vlees- en groentegerechten gebruikt. In Palestina en in Israel is brood bestreken met za'atar en olijfolie het gebruikelijke ontbijtgerecht. (Wikipedia). Za'atar is verkrijgbaar in de supermarkt. Als je van munt houdt kun je dat gerust toevoegen aan deze salade.



