

Nadia's broccolisalade met citroen

recept vegetarisch



Van SONJA VAN DE RHOER

Deze salade staat op de kaart van The Eatery in Somerset West in Zuid-Afrika. Daar wordt uitstekend gekookt (alles vers, veel vegetarisch) en de prijzen, ook van de mooie wijnen, zijn laag (vernieuwende hoofdgerechten ruim onder de tien euro). Chef-kok is Tiaan Langenegger, de echtgenoot van wijnmaker Nadia Barnard van Waterkloof Wine Estate. Twee jonge mensen die leven voor goed, gezond, lekker en duurzaam eten en drinken. De wijnen van Waterkloof reflecteren de bodem en het klimaat, biodynamische wijnen die met respect voor de natuur worden gemaakt. Het onderhoud aan de wijngaarden doen ze met zeven paarden. Barnard: "Ik geloof dat een grote wijn in de wijngaard wordt gemaakt. We maken gezonde wijnen, hiervoor heb je een bodem vol leven nodig. Door op biodynamische wijze te werken met gebruik van compost van eigen koeien en kippen, hebben we kwalitatief zeer

goede druiven. We gaan er voorzichtig mee om, zodat we de mooiste mogelijke wijn maken."

Was en droog de sla en scheur de bladeren in stukken. Was de broccoli-roosjes. Bewaar de stengel voor een soepje. Schep de broccoli-roosjes om met olijfolie en rooster ze beetgaar in een grillpan of in een tot 220 graden voorverwarmde oven.

Klop een dressing van citroenrasp, citroensap, olijfolie, zout, peper en fijngeknipte peterselie naar smaak.

Meng de kropsla met de broccoli en de dressing in een slakom. Verdeel de amandelen, cranberry's en sesamzaad erover, garneer met geschaafde kaas.

Serveer met biodynamische sauvignon blanc – bij voorkeur Waterkloof Circle of Life White. Dat is een rijke, volle wijn met tonen van perzik en noten, een complexe en lange, volle afdronk met frisse natuurlijke zuren.

Voor- of bijgerecht voor 4 of hoofdgerecht voor 2 personen:

Kleine broccoli (roosjes)

1 krop (boter)sla

1-2 el olijfolie

Voor de dressing:

1-2 tl citroenrasp

2 el citroensap

4 el extra virgin olijfolie

zout, peper

platte peterselie

20 g amandelen en 10 g sesamzaad (beide geroosterd)

20 g gedroogde cranberry's

2-3 el geschaafde cheddar, parmezaan of pecorino
