

Witlofsalade, peer, kastanjes, kaas

recept vegetarisch



Van SONJA VAN DE RHOER

Een gezonde salade, boordevol vezelstoffen, vitaminen en mineralen gaat er na de overvloedige feestdagen van vorige maand altijd in. Toch nog een feestje deze maand? De salade is ook leuk om voor circa tien mensen in een glaasje als amuse te serveren tijdens het aperitief.

Verwijder de buitenste lelijke blaadjes van de witlof en maak vervolgens de overige blaadjes voorzichtig los. Snijd de kastanjes in vieren. Schil de peren, verwijder de klokhuizen en snijd ze in vieren. Snijd de kwarten vervolgens in 2 of 3 parten.

Verhit 25 gram van de boter in een koekenpan met anti-aanbaklaag en bak de parten peer circa 2 minuten per kant zodat ze net bruin en zacht beginnen te worden. Voeg de honing toe en laat de plakjes peer om en om zachtjes karamelliseren.

Neem de plakjes peer met een schuimspaan uit de pan en voeg de resterende boter toe. Voeg zodra de boter is gesmolten de kastanjes toe en bak al omscheppende een minuut of 2 tot ze door en door warm zijn.

Pel de bietjes en snijd ze in kleine blokjes. Verbreek de kaas.

Klop een dressing van de olie, het citroensap, de mosterd, bieslook en zout en peper naar smaak.

Leg de blaadjes witlof in een ster over de borden en verdeel de gebakken peer, kastanjes, blokjes biet en verbrokkelde gorgonzola eroverheen. Lepel de dressing erover en garneer eventueel met wat sprietjes bieslook.

Variaties: neem little gem in plaats van witlof. Vervang de kastanjes door gepelde walnoten. Vervang de gorgonzola door een vegetarische kaas.

Wijntip: denk eens aan een Italiaanse Gavi, gemaakt van de Cortese druif, een inheemse witte druif uit Piemonte. De wijn heeft een licht fruitige smaak met een iets kruidige afdronk.

Ingrediënten voor vier:

3 struikjes witlof,

150-200 gram gepelde en gekookte kastanjes (vacuüm),

2 grote stevige handperen,

35 gram boter,

2 eetlepels honing,

2 gekookte bietjes,

150 gram blauw geaderde kaas, bijvoorbeeld gorgonzola;

voor de dressing:

3 eetlepels olijfolie

sap van een halve citroen,

mespuntje mosterd,

12 sprietjes bieslook,

zout, peper
