



2B

Vegetarisch

Spinaziesalade met bietjes en geitenkaas



Bereidingstijd
10 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Snijd de rode biet in stukjes. Maak een dressing van de olijfolie, balsamicoazijn, mosterd en de honing en breng op smaak met zout en peper. Verdeel de spinazie, bietjes en de geitenkaas over een bord. Bestrooi met de pitten en zaden en besprenkel met de dressing.

Ingrediënten

- ☐ 90-100 g verse geitenkaas
- ☐ 50 g spinazie
- ☐ 150 g gekookte rode biet
- ☐ 1 el pitten en zaden
- ☐ 1 el olijfolie
- ☐ 1 tl balsamicoazijn
- ☐ 1 tl scherpe mosterd
- ☐ ¼ tl honing
- ☐ Zout
- ☐ Peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	494 kcal
Koolhydraten	11 g
Vet	39 g
Vezels	6 g
Eiwit	21 g