## Schoolkantine

## Traiteur

### 

## Maaltijdsalades

recept

|  |  |
| --- | --- |
| [Afbeeldingsresultaat voor maaltijdsalades](https://www.google.nl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwityd7y4djeAhXD8qQKHdZzDbUQjRx6BAgBEAU&url=https://www.voedzaamensnel.nl/lunch/maaltijdsalade-met-zoete-aardappel-en-tuinbonen/&psig=AOvVaw1fOVGMnhJs-w6vRZImpUdU&ust=1542452599369186) | Groenten maaltijdsalade  Kip maaltijdsalade  Zalm maaltijdsalade |

Werkvoorbereiding

Recept : zalm maaltijdsalade 1 persoon :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aantal** | **ingrediënten** | **materialen** |
| 200 gr | Zalm ( plakjes) | kom |
| ½ . | Rode paprika |  |
| ½ | komkommer | lepels |
| 1 zak (200gr) | Jonge eikeblad/loloroso ect. sla | snijplank |
| versgemalen | Zwarte peper | snijmes |

|  |
| --- |
| Bereidingswijze  Verzamel de materialen en gereedschappen die je nodig hebt voor  deze opdracht.  Weeg alles af en zet deze klaar in schaaltjes. Snij de kruiden.  Meng alle ingrediënten.  Maak een dressing.  Smakelijk eten ☺ en laat je docent het product beoordelen. |

Recept gerookte kipmaaltijdsalade 2 personen :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aantal** | **ingrediënten** | **materialen** |
| 75 gram | Gemengde bladsla | kom |
| 1 bakje | Cherry-/kersentomaatjes | snijplank |
| 1 | Gele paprika | lepels |
| 1 | Grannie smits appel | Snijmes |
| 1 | Rode ui |  |
| 200 gram | Gerookte kip |  |
| 25 gram | walnoten |  |
| 50 gram | Blanke rozijnen |  |

|  |
| --- |
| Bereidingswijze  Verzamel de materialen en gereedschappen die je nodig hebt voor  deze opdracht. Weeg alles af en zet deze klaar in schaaltjes.  Wel de rozijnen met lauw water.  Snij de ui “en brunoise”, appel en paprika met schil in blokjes.  Halveer de tomaatjes  Snij de kip “en julienne”  Meng alle ingrediënten.  Maak een dressing.  Smakelijk eten ☺ en laat je docent het product beoordelen. |

Recept : groenten maaltijdsalade:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aantal** | **ingrediënten** | **materialen** |
| 1 | ijsbergsla | kom |
| 1 | komkommer |  |
| 1 kleine | ananas | lepels |
| 3 | tomaten | snijplank |
| 2 teentjes | knoflook | mes |
| 2 | limoentjes |  |
| 4 eetl. | korianderblaadjes |  |
| 1 | Rode ui |  |
| 1 theel | venkelzaadjes |  |
| versgemalen | Zwarte peper |  |
| 6 eetl | Thousand island dressing |  |

|  |
| --- |
| Bereidingswijze   1. Verzamel de materialen en gereedschappen die je nodig hebt voor 2. deze opdracht. Weeg alles af en zet deze klaar in schaaltjes. 3. Was de ijsbergsla en snij in repen.( eerst door het midden) 4. Snij de tomaat in partjes, de komkommer in halve schijfjes. 5. Pers sap van de 2 limoentjes. 6. Maak de ananas schoon in blokjes van 2 cm. 7. Rooster in koekenpan de venkelzaadjes kort. 8. Bewaar ¼ van reepjes ijsbergsla en meng de rest met alle ingrediënten. 9. Maak een thousand island dressing en meng de venkelzaadjes door 6 eetlepels dressing, sap limoentjes, pers knoflook teentjes. Werk af met versgemalen zwarte peper. 10. Leg een bedje van ijsbergsla op een bord dan de salade, gesnipperde korianderblaadjes en rode uienringen. 11. Smakelijk eten ☺ en laat je docent het product beoordelen. |