

Coleslaw

Bereiden in:
Voorbereiding: 10 min.
Bereiding: 0 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- Voor 2 porties
- 100 gram wortel of winterpeen
- ¼ witte kool
- ½ rode ui
- 2 el magere kwark
- 1 el appelazijn
- ½ el honing
- 1 tl mayonaise

Voedingswaarde

-

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Coleslaw

Bereiding

1. Pak een grote kom en meng hierin de kwark, appelazijn, honing en mayo.
2. Breng op smaak met peper en zout en proef even of alles goed in verhouding is.
3. Snijd de witte kool fijn of in dunne plakjes. Versnipper de rode ui. Maak slierten van de wortel met een mandoline of spirelli.
4. Voeg toe aan de kom en meng alles goed door elkaar.

Kooktips

Maak het trouwens een paar uur of dag van tevoren, dan kunnen de smaken lekker intrekken en wordt de kool en wortel ietsje zachter en lekkerder!