

Warme salade met Biefpuntjes



Bereiden in: koekenpan



Voorbereiding: 15 min.



Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- Ingrediënten:
- 250 g varkensfilet reepjes, malse biefstukpuntjes, pure kippendij reepjes
- 1 rode paprika, in reepjes
- 1/2 courgette, in halve plakjes
- 1 rode ui, in dunne parten
- 75 g gemengde sla (rucola, veldsla, spinazie, etc.)
- 1 el olijfolie
- Snuf paprikapoeder, peper en zout
- Voor de saus (frisse knoflook-yoghurtsaus):
- 3 el Griekse yoghurt
- 1 tl citroensap
- 1 kleine teen knoflook, fijn geraspt
- Snufje zout en peper
- Eventueel wat fijngehakte peterselie of munt

Voedingswaarde

•

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



Warme salade met Biefpuntjes

Bereiding

- 1 Vlees bakken: Verhit de olie in een koekenpan of wok en bak het vlees kort op hoog vuur bruin. Haal uit de pan en houd even apart (liefst warm onder aluminiumfolie).
- 2 Groenten bakken: Voeg eventueel nog wat olie toe aan de pan en bak de paprika, courgette en ui ca. 5 minuten tot ze licht goudbruin en beetgaar zijn.
- 3 Saus maken: Meng ondertussen alle ingrediënten voor het sausje.
- 4 Salade opmaken: Verdeel de sla over de borden, leg daar de warme groenten en het vlees op. Lepel het sausje erover of serveer apart.

Serveren

Tip: Werk af met wat geroosterde pitten of verkruimelde feta voor extra smaak en bite.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten