

# Recept VAN DE MAAND

## SALADE MET GEITENKAAS

### Ingrediënten:

4 wortelen  
200 gr witte kool  
200 gr rode kool  
1 bakje granaatappelpitjes  
4 ronde geitenkaasjes  
4 sneetjes gerookte ham  
4 sneetjes volkoren brood  
1 eetlepel mayonaise  
2 eetlepels yoghurt  
1 koffielepel mosterd  
1 eetlepel azijn  
handvol rozijnen  
peper  
olijfolie



### Bereidingswijze:

Was de groenten. Snij de wortelen en de witte en rode kool in reepjes. Rooster de sneetjes brood.

Draai rond elk geitenkaasje een lapje gerookte ham en bak ze aan in wat olijfolie.

Maak een dressing met de mayonaise, yoghurt, mosterd en azijn te mengen. Kruid af met peper en roer er de rozijnen door. Meng de dressing onder de groenten.

Dresseer de groenten op een bord, leg er een sneetje geroosterd brood op met daarbovenop het geitenkaasje. Werk af met granaatappelpitjes.

*Smakelijk!*

*Diëtiste Ine Bosmans*

# Lekker & gezond

Hou je van lekker eten maar wil je toch graag een gezonde maaltijd op tafel zetten?

Ben je af & toe de inspiratie een beetje kwijt?

**DESSERTS**

*Ontbijt*

Mocktails

OVENSCHOTELS

Eitjes

Sorbets —  
Ijsjes

VLEES &  
GEVOGELTE

Soepen

**SALADES**

*Vis*

Pasta

**BARBECUE**

Dan zijn deze kookboekjes ideaal voor jou!

Lekkere & gezonde recepten die je in een handomdraai op tafel hebt staan!

[www.dietiste-inebosmans.be](http://www.dietiste-inebosmans.be)