

Pittige Vega kaviaar

Recept van www.groenekookacademie.nl (aangepast)

Ingrediënten voor 4-6 personen

500 gram Beluga linzen
1 rode ui
100 gram goji bessen
4 eetlepels fijngesneden augurk (of kappertjes)
garnering; veldsla of witlofschuitjes

Ingrediënten voor de vinaigrette

6 eetlepels extra vierge olijfolie (of half bouillon/half olie)
4 eetlepels ciderazijn
1 eetlepel ahornsiroop
1 eetlepel dijonmosterd
2 theelepels zeezout
2 theelepels peper
1 theelepel komijnpoeder
½ theelepel kurkumapoeder
½ theelepel korianderpoeder
½ theelepel kardemompoeder
¼ theelepel cayennepeper
¼ theelepel gemalen kruidnagel
¼ theelepel versgemalen nootmuskaat
¼ theelepel kaneelpoeder

Nodig: kookpan, zeef, snijplank, mes, glazen pot, schaal

Bereiden	tijdsduur
<i>Linzen koken:</i> <ul style="list-style-type: none">Spoel de linzen af in een zeef.Doe de linzen in een pan en giet er koud water (of bouillon) bij tot ze ongeveer 5 centimeter onderstaan.Breng aan de kook en laat 15 tot 20 minuten zachtjes koken tot ze beetgaar zijn. Laat ze niet te ver garen, houd het kookproces goed in de gaten!Laat de linzen uitlekken zodra ze beetgaar zijn. Spoel ze heel even af met wat koud water, zodat ze niet verder garen en te zacht worden.	5 min 15-20 min kooktijd
<ul style="list-style-type: none">(Augurk snijden)	5 min
<i>Dressing:</i> <ul style="list-style-type: none">Snipper intussen de ui.Doe alle ingrediënten voor de vinaigrette in een glazen potje. Draai het deksel op het potje en schud alles goed door elkaar.	10 min (tijdens kooktijd)
<i>Opmaken</i> <ul style="list-style-type: none">Meng de nog warme linzen met de ui, goji's, de augurk/kappertjes en de vinaigrette.Serveer als salade in een schaal en garneer met (veld)sla. Maak tijdig klaar zodat de smaken goed in kunnen trekken!	5 min