

Salanova



Hoofdgerecht

Salade

4 personen

Land: Holland

Bereiding: 15 minuten

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 1 krop rode of groene Salanova
- 250 gr Hollandse garnalen
- 2 rijpe avocado's
- 1 citroen in partjes gesneden
- 3 volle eetlepels mayonaise
- 1 volle eetlepel tomatenketchup
- een paar druppels Worcestershiresaus
- 1 eetlepel whisky
- extra vierge olijfolie
- sap van 1 citroen

- zeezout en versgemalen zwarte peper
- cayennepeper

Bereidingswijze

1. Scheid de slablaadjes uit de kern. Was en draai de bladeren en verdeel ze over 4 ondiepe borden of kommen. Snijdt de avocado's in de lengte doormidden. Verwijder de pit en de schil. Snijd ze in de lengte in plakjes. Verdeel de avocado-plakjes over de slablaadjes en besprenkel ze licht met een scheutje olijfolie, citroensap, wat zeezout en versgemalen peper.
2. Meng de mayonaise, ketchup, Worcestershiresaus en whisky tot een lichte en roze cocktailsaus. Proef en voeg een beetje citroensap voor een frisse touch toe. Verdeel de garnalen over de avocado-sla-mengsel en lepel voorzichtig de cocktailsaus erover. Garneer met een snufje cayennepeper. Serveer met een schijfje citroen en een lekker biologisch brood.

Tenslotte

Salanova is een zogenaamde multi-leaf sla. Dat betekent dat een krop Salanova wel twee tot vier keer meer bladeren bevat dan gewone sla. Daarnaast zijn de blaadjes nagenoeg even groot en hebben ze dezelfde vorm. Salanova heeft dus een compacte en volle krop. Salanova koop je met de kluit nog aan de krop. Daardoor blijft de sla langer vers. Er zijn verschillende varianten te koop, waarvan de Salanova Groen (groene botersla) en Salanova Rood (rode botersla) waarschijnlijk het meest bekend zijn. De blaadjes zijn mals en zacht van smaak. Houd de wortelkluit bij voorkeur vochtig, zo blijft de sla het langste goed. Je kunt rekenen op zo'n 10 dagen. Leg de sla, met de verpakking er omheen, in de groentela van je koelkast. Of plant hem in een pot. Voor **Salanovasoep** bak je 50 gr fijngesneden pancetta (Italiaans ontbijtspek), 3 fijngesneden sjalotten en 1 teentje fijngesneden knoflook 5-7 minuten op laag vuur in 1 el olijfolie. Voeg 1 in kleine blokjes gesneden aardappel en de losse blaadjes van 2 kropjes salanova toe en bak dit al omscheppend 2 min. op laag vuur. Schenk 7 dl kippenbouillon erbij en breng het aan de kook. Laat de soep op laag vuur circa 15 minuten koken. Voeg na 10 minuten 5 muntblaadjes toe. Pureer de soep, verwarm hem opnieuw en voeg ter garnering 4 el crème fraîche toe. Breng op smaak met zout en peper.

Salanovasalade met zalm. Meng voor de dressing 3 el olijfolie, 1 el citroensap, 2 tl grove mosterd en snufje dragon. Breng op smaak met zout en peper. Hussel de slablaadjes van ½ krop Salanova groen en ½ krop Salanova rood luchtig met 2 flinterdun geschaafde venkelknollen, 100 gr gerookte zalm in repen gesneden en 200 gr gepelde en gekookte garnalen toe en schep de dressing er voorzichtig door. Tot slot een **Salanova Sandwich**. Besmeer 2 bruine boterhammen met halvarine en daarna met 1/2 el mayonaise (niet te veel). Snijdt 1 gerookte kipfilet in plakjes en leg die op 1 boterham. Doe er wat verse kruiden (basilicum of bieslook) en blaadjes knapperige salanova op. Plaats dan de tweede boterham er op. Dwars doorsnijden en lekker opeten. Wil je de sandwich meenemen, kies er dan voor de salanova apart mee te nemen.