

Avocado-appeltaartje met zilveruitjesdressing

Combineer de rijke, volle, iets vettige smaak van de avocado met de frisheid van de zilveruitjes voor een bijzonder voorgerecht. Supergezond bovendien door de vele vitaminen en mineralen uit de avocado, appel en zilveruitjes.

Voorgerecht voor 4 personen

Bereidingstijd
circa 20 minuten

Voedingswaarde
235 kcal per persoon

Ingrediënten
2 rijpe avocado's
1 harde appel (Granny Smith)
2 theelepels limoensap
100 gram rauwe ham

voor de zilveruitjesdressing:
12 zilveruitjes
15 sprietjes bieslook + 12 sprietjes extra voor de garnering
5 eetlepel olijfolie extra vierge
peper, zout

12 zilveruitjes en/of 4-8 cherrytomaatjes

Bereidingswijze

Halveer de avocado's, verwijder de pit en schil de vruchten. Snijd het vruchtvlees in kleine blokjes. Was of schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes. Bedruppel de avocado en appel met het limoensap en schep luchtig om. (En zet, afgedekt met vershoudfolie, weg in de koelkast.)

Snijd het bieslook grof en pureer het bieslook met de olie, het limoensap, peper en zout met de staafmixer of in de keukenmachine tot een lobbige dressing ontstaat. Halveer de zilveruitjes en schep deze door de dressing.*

Maak met behulp van een uitsteekring (of neem een leeg, goed schoongemaakt tonijn- of zalmblikje waaruit u de beide bodems verwijdert) een taartje van het avocadomengsel op elk bord. Druppel hier weinig dressing overheen.

Garneer de taartjes met de rauwe ham, de zilveruitjes en/of in repen gesneden van vocht en zaad ontdane cherrytomaatjes en wat bieslook en druppel de dressing eroverheen.

Lekker met geroosterd witbrood, briochebrood of ciabatta.

Tips: tot * is dit gerecht voor te bereiden.

. Neem 100-125 gram rivierkreeftjes in plaats van rauwe ham.

. Neem Hollandse garnalen i.p.v. rivierkreeftjes.

Wijntips: Sauvignon Touraine, witte Menetou-Salon, Sancerre, maar ook een Italiaanse Pinot Grigio of een Pinot Blanc past goed bij dit gerecht.