



## Snelle spinaziesalade

### **Ingrediënten:**

Zak gewassen spinazieblaadjes  
Gerookte of gegrilde kip  
Sperzieboontjes  
Avocado  
Eieren  
Voor de dressing:  
Mayonaise  
Knoflook  
Kruiden bv kerrie  
Snufje zout

### **Bereiding**

Snijd de spinazieblaadjes een beetje kleiner. Maak de sperzieboontjes schoon en snijd de avocado in stukjes. Zet een pannetje op en kook de eieren 5 minuten. Doe hetzelfde met de boontjes, kook of stoom ze beetgaar. (je kan ook in een stoompannetje onderin de eieren koken en de boontjes in een stoommandje erop zetten en meestomen). Laat de boontjes en eieren even wat afkoelen of spoel ze af onder de koude kraan.

Doe de spinazie in een grote kom, eieren in stukjes scheuren en erbij, avocado erdoor en de boontjes toevoegen.

Dan maak je een dressing met mayonaise en een uitgeknepen teentje knoflook, zout en kerriepoeder. Dat schep je erdoor en klaar is je salade.

### **Variatietips:**

Dit is een basissalade. Je kan natuurlijk allerlei restjes groenten erin verwerken. Bv Broccoli of asperges. Die kan je met de boontjes meekoken of stomen.

Je kan in plaats van kip ook restjes vis nemen.

Heb je nog een restje zilvervliesrijst of quinoa staan, dan kan je dat er ook doorroeren. En de dressing kan je natuurlijk ook op basis van olijfolie maken. En als je nou net geen spinazie wilt eten is elke andere slasoort ook goed.

Ik heb geen exacte hoeveelheden genoemd omdat dit vaak een salade is die je samenstelt uit restjes. Maar even ter indicatie, wij eten met 3 volwassenen wel een salade van ongeveer 400 - 500 gram spinazie.

