ZOMERSE FETA-SPREAD MET ZOMERPOSTELEIN, SPINAZIE, MUNT, CITROEN EN NOTEN



Eetmoment: Lunch
Behoefte: Makkelijk, Snel, Gezond
Soort: Vegetarisch

Deze feta-spread is erg eenvoudig te maken, maar zo ontzettend smaakvol. De leuke combinatie van smaken, met onder andere zomerpostelein, heb ik zelden zo geproefd. Heerlijk met wat gekarameliseerde rode uien en nog wat extra nootjes en feta. Zie jij jezelf al intens genieten van dit gezonde lunchgerecht? Wij wel! Maak gerust voor meer mensen dit gerecht klaar. De bijpassende wijn vind je uiteraard in onze winkel!

Benodigdheden voor 350 gr. spread

Spread

- 300 gr. feta
- 150 gr. zomerpostelein
- 40 gr. spinazie
- Handvol muntblaadjes
- Sap van een halve citroen
- 1 el. honing
- 2 el. extra Virgin olijfolie
- 2 tenen knoflook, fijn geperst
- Peper en zout naar smaak
- 1/2 tl. chilivlokken
- cashew- en macademia-noten

- Plakken vers rustiek brood
- Rode ui

Bereiding:

1) Pak een keukenmachine en zet al je ingrediënten klaar. Brokkel de feta in blokjes voordat je ze in de keukenmachine doet. Doe de zomerpostelein, spinazie, munt, citroensap, honing, fijn geperste knoflook, olijfolie, chilivlokken en de noten eraan toe en maal alles tot een mooie homogene massa. Voeg eventueel naar smaak nog meer van een ingrediënt toe. Op deze manier vond De Bigondier de spread het lekkerst.

2) Snijd de ui flinterdun en doe een flinke scheut olijfolie en een klontje boter in een koekenpan. Fruit de ui zachtjes aan en blijf regelmaat roeren. Zorg ervoor dat de ui mooi goudbruin en zacht gegaard is. Juist op deze manier krijgt de ui zijn zoete smaak

3) Snijd het brood in flinke, dikke plakken en smeer deze in met wat olijfolie. Rooster het brood mooi goudbruin

4) En serveren meer! Pak een plak brood en doe er een flinke lading feta-spread op. Doe er vervolgens 1 tot 2 eetlepels gekarameliseerde ui erop, brokkel nog wat feta en wat gehakte nootjes eroverheen en eten maar. Heerlijk

5) Eetsmakelijk!

Dit recept is samengesteld door **De Bigondier**. Belang bij goed bijpassende wijn? De Kingfisherbay Sauvignon Blanc (https://www.debigondier.nl/products/kingfisher-bay-sauvignon-blanc?_pos=1&_psq=kingf&_ss=e&_v=1.0) is absoluut een aanrader.

HULP NODIG OF VRAGEN?

Dit recept is samengesteld door De Bigondier. Stel je vragen of volg hem via:
Facebook (https://www.facebook.com/pg/debigondier)
Instagram (https://www.instagram.com/debigondier)

Bestel je ingrediënten online op https://degroentemannen.versbesteld.nl.