

## VERANDER JE VOEDING, VERANDER JE LEVEN.

### TOELICHTING

Bloemkool uit de oven krijgt een veel diepere smaak dan de gekookte variant. Probeer het maar eens! Kappertjes en sinaasappel zijn echte boezemvrienden van deze gezonde groente en toveren hem om tot een spannend gerecht.. Eet er een stukje witvis bij voor extra eiwitten.

### DIT HEB JE NODIG

voor 2 personen

- 1 middelgrote bloemkool in roosjes
- 1 volle el kerriepoeder
- 1 hand gedopte walnoten, grof gehakt
- 1/2 sinaasappel, in stukjes
- 1 volle el kappertjes
- Extra vierge olijfolie
- Verse peper & zeezout

Vinaigrette:

- 1,5 el walnootolie (of extra vierge olijfolie)
- 1 volle tl mosterd

Optioneel:

- 1 tl honing (koudgeslingerd, rauw)

### ZO MAAK JE HET

Verwarm de oven voor op 180 graden. Doe de bloemkoolroosjes in een kom. Bestrooi met de kerrie, een flinke snuf peper en wat zeezout. Giet er een lekkere scheut olijfolie overheen en hussel alles goed door elkaar. Verdeel over een bakplaat met bakpapier en zet voor ongeveer 30 min in de oven of tot de bloemkool goudgeel en (beet)gaar is . Kijk na 20 min of de roosjes niet verbranden. Dek zo nodig af. Maak ondertussen de vinaigrette door alle ingrediënten toe te voegen aan een potje met deksel en goed te schudden. Haal de bloemkool uit de oven en schep terug in de kom. Spatel de vinaigrette door de nog warme bloemkool. Voeg hierna de overige ingrediënten toe. Verdeel over twee borden en eet lauwwarm.

