

# SNELLE GROENTE SALADE MET GERASPTE EIEREN

## VERANDER JE VOEDING, VERANDER JE LEVEN.

### ZO MAAK JE HET

Leg de eieren in een pan. Overgiet ze met kokend water en laat ze 6 minuten koken. Spoel ze daarna met koud water. Pel en rasp ze fijn op een scherpe rasp. Bestrooi royaal met peper en zout.

Maak de dressing door alle ingrediënten door elkaar te mengen. Proef even goed wat hij nog nodig heeft.

Verwijder de harde uiteinden van de groene asperges. Snijd ze 5 cm onder de kopjes af en sijd het onderste gedeelte in twee stukken. Snijd deze in de lengte doormidden.

Doe hetzelfde met de bimi: laat de kopjes heel maar snijd de stengels doormidden. Zo krijg je kleine stukjes die snel gaar zijn. Onthaar de sugarsnaps.

Leg eerste de sugarsnaps in een stoompan, overgiet deze met kokend water en laat een minuut stomen.

Voeg de asperges en de bimi toe en laat deze ongeveer 5 minuten koken. Doer als ze bijna gaar zijn de erwtjes bij. Die hebben maar een minuut nodig.

Heb je geen stoompan leg de groenten dan in een grote pan met een bodempje kokend water. Laat ze hierin zachtjes koken. Schep de groenten rechtstreeks op de borden. Verdeel de eieren en de dressing erover en als laatste de gehakte tamari-amandelen.

### DIT HEB JE NODIG

Voor 2 personen

- 100 gram groene asperges
- 100 grama bimi (familie van de broccoli)
- 100 grans sugarsnaps
- 50 gram tuinerwtjes (mag uit de diepvries)
- 4 biologische eieren
- 2 eetleples tamari-amandelen
- Keltisch zeezout
- Verse peper

Voor de dressing:

- 25 ml grapefruitsap
- 50 ml extra vierge olijfolie (lijnzaadolie is ook prima)
- 1 theelepel mosterd
- 1 klein theelepeltje honing
- 1 eetlepel verse en gedroogde dille

