

Salade met kwartel

en gegrilde courgette, vinaigrette met munt en krokante chorizo

Menugang
Voorgerecht

Aantal personen
4 personen

Bereidingstijd
40 minuten

Benodigdheden
Kookplaat
Stoomoven

Ingrediënten Salade & chorizo

- 1 hand frisée sla
- ½ courgette
- 1 el zonnebloemolie
- 3 cm chorizo

Ingrediënten Kwartel

- 1 kwartelboutjes
- 1 teen knoflook
- 1 takje tijm
- 1 el zonnebloemolie
- Peper en zout

Ingrediënten Vinaigrette

- 1 tl witte wijnazijn
- ½ tl Dijon mosterd
- 2 tl mayonaise
- ½ tl water
- snufje zout
- 35 ml plantaardige olie
- 2 takjes munt

Bereidingswijze

Vinaigrette

1. Doe de azijn, mosterd, zout en mayonaise en een theelepel water in een grote kom.
2. Meng grondig met een garde.
3. Voeg nu druppelsgewijs de olie toe, blijf het mengsel met de garde stevig kloppen. Begin eerst met een paar druppels, later kan dit een dun straaltje worden.
4. Zorg ervoor dat alle olie is opgenomen door het mengsel voordat er weer nieuwe olie wordt toegevoegd.
5. Het resultaat hoort een fluwelig, homogeen mengsel te zijn.
6. Hak de muntblaadjes heel fijn en meng door de vinaigrette

Salade, courgette en chorizo

1. Was en droog de frisée sla. Zet koel weg tot verder gebruik
2. Snijd de courgette in plakken van een 0,5 cm dik.
3. Doe de courgette in een grote mengkom en meng goed met olie, peper en zout.
4. Verhit de grillplaat voor op stand 8 van de inductieplaat.
5. Grill de courgetteplakjes tot ze aan beide zijden mooie streepjes hebben en beetgaar zijn. Zet apart tot verder gebruik.
6. Snijd de chorizo in blokjes.
7. Bak de worst uit in een droge pan tot de blokjes krokant zijn.
8. Schep de blokjes uit het vet en laat uitlekken op keukenpapier.

Salade met kwartel

en gegrilde courgette, vinaigrette met munt en krokante chorizo

Kwartel

1. Verwarm de oven voor op 230°C circulatiegrill ¹.
2. Schil de knoflook, plet en hak grof.
3. Doe de kwartelboutjes in een grote kom met de olie en bestrooi ze met peper en zout.
4. Voeg de knoflook en de tijm toe en meng goed zodat ze helemaal met olie, peper en zout zijn bedekt.
5. Spreid de boutjes op de bakplaat van de oven met de velkant naar boven.
6. Plaats in de oven en rooster ze gaar in ongeveer 15 minuten.

Opmaken en serveren

1. Halveer de kwartelboutjes met een koksmes.
2. Leg wat plakjes courgette op een bord.
3. Maak de sla aan met wat vinaigrette en leg een mooi plukje sla op de courgette.
4. Besprenkel het geheel met wat extra vinaigrette en strooi de chorizo blokjes erover.
5. Leg tot slot de stukjes kwartel schuin tegen de salade

TIP

¹ Stel de stoomtoevoeging in op gemiddeld. Je kan de kwartel ook bereiden zonder stoomtoevoeging. Dat gaat prima, maar de kwartel wordt dan minder sappig.