

Avocadosalade met druiven

totale tijd **25 min.** 20 min. voorbereidingstijd 5 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
2.892 kJ / 691 kcal

Vetten: **44,3 g** Eiwitten: **22,5 g**
Koolhydraten: **65 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

300 g	tuinbonen
1	avocado
300 g	rode druiven
50 g	walnoten
100 g	veldsla
0,5 bos(je)	verse munt
1 bos(je)	verse peterselie
2	takjes verse oregano
1	teentje knoflook
0,5	chilipeper
3 el	olijfolie
2 el	<u>Kikkoman Natuurlijk</u> <u>Gebrouwen Tamari</u> <u>Glutenvrije Sojasaus</u>
1 el	appelazijn

VOORBEREIDING

Stap 1

300 g tuinbonen - **1** avocado

Kook de tuinbonen kort tot ze gaar maar nog steeds stevig zijn, en pel ze vervolgens. Snijd de avocado in plakjes.

Stap 2

300 g rode druiven - **50 g** walnoten - **100 g** veldsla - **0,5 bos(je)** verse munt - **0,5 bos(je)** verse

peterselie - **1** takje verse oregano

Meng in een kom de avocado, bonen, druiven, walnoten, veldsla en kruiden.

Stap 3

1 knoflook - **0,5** chilipeper - **0,5 bos(je)** verse peterselie - **1** takje verse oregano - **3 el** olijfolie - **2**

el Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Tamari
Glutenvrije Sojasaus - **1 el** appelazijn

Hak de knoflook, chilipeper en kruiden fijn. Meng dit met de olijfolie, Kikkoman Tamari Glutenvrije Sojasaus en appelazijn. Sprenkel de chimichurrisaus over de salade.