

# Spaghettisalade

totale tijd **30 min.**

Voedingswaarde (per portie):  
**2242 kJ / 535 kcal**

Vetten: **31,8 g** Eiwitten: **8,4 g**  
Koolhydraten: **53,6 g**

## INGREDIËNTE

### N

**4 porties**

<b>200 g</b>	spaghetti
<b>100 g</b>	komkommer een snufje zout
<b>100 g</b>	uien
<b>150 g</b>	mandarijnen uit blik
<b>40 g</b>	rozijnen
<b>150 g</b>	mayonaise
<b>15 g</b>	mierikswortel uit een pot (geraspt)
<b>2 eetlepels</b>	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
<b>4</b>	slablaadjes
<b>4</b>	kleine tomaten wat kervel

## VOORBEREIDING

### Stap 1

Kook de spaghetti volgens de aanwijzingen op de verpakking. Afspoelen in koud water en goed laten uitlekken. Was en snijd de komkommer horizontaal in vieren. Verwijder de zaden met een lepel. Snijd de komkommer nu in dunne plakken en strooi er zout overheen. Goed knijpen en daarna onder stromend water afspoelen. Opnieuw knijpen. Haal de schil van de uien, halveer ze en snijd ze in dunne plakjes. Strooi er zout overheen. Doe hetzelfde als bij de komkommer.

### Stap 2

Doe de mandarijnen uit blik in een zeef, laat ze uitlekken en dep ze droog. Laat de rozijnen wellen in warm water en daarna goed uitlekken. Meng de mayonaise, mierikswortel en natuurlijk gebrouwen sojasaus in een kom goed door elkaar. Combineer daarna alle ingrediënten in een grotere schaal. Verdeel de spaghettisalade over de slablaadjes en garneer met in vieren gesneden tomaten en kervel.