# Griekse linzensalade

**Griekse linzensalade**, een variatie op andere gebruikelijke linzensalades, aardse smaken door de linzen en de combinatie met verse kruiden zoals munt en peterselie. Mede door de feta en de overheerlijke zwarte en groene olijven een voedzame salade als bijgerecht voor een grieks etentje.

Voor 2 personen

Bereidingstijd: ongeveer 30 minuten (of 10 minuten als je linzen uit blik gebruikt)

## Ingrediënten

- 100 gram gemengde sla (of rucola)
- 100 gram gedroogde bruine linzen (of 200 gram gekookte linzen uit blik)
- 1 laurierblad
- 2-3 geroosterde paprika's – in stukjes gesneden
- 75 gram fetakaas
- 10 kleine tomaatjes, gehalveerd
- 1 rode ui – gesneden in 1/2 ringen
- 2 eetlepels gehakte peterselie
- 1 eetlepel gehakte munt
- 2 eetlepels olijven

## Ingrediënten dressing

- 4 eetlepels olijfolie
- 2 eetlepels rode wijnazijn
- 1/2 teentje knoflook

- Snufje zoete paprikapoeder

## Bereiding

Laat de linzen een paar uur wellen in koud water. Voeg een snufje zout en het laurierblad toe en breng alles aan de kook. Check na 15 minuten hoe de linzen zijn. Voor de salade moeten ze wel gaar zijn, maar nog wel met een bite.

Ieder soort linzen heeft weer zijn eigen kooktijd, dus check regelmatig.

Als de linzen gaar zijn, giet het water af en laat ze koud worden.

Meng de sla, linzen, paprika en rode ui.

Voeg hierbij de verbrokkelde fetakaas, olijven en tomaatjes toe en maak het af met de gehakte peterselie en munt.

Meng de ingrediënten voor de dressing in een potje. Goed schudden en verdeel dit over de salade.



Eet deze griekse linzensalade met een lekker stuk volkoren stokbrood. De combinatie van volkoren granen en peulvruchten zorgen voor een betere opname van voedingsstoffen in je lichaam.

Eet smakelijk!