

Witlofsalade met gerookte kip en granaatappel

Witlofsalade met gerookte kip en granaatappel. In een [eerdere post](#) hebben jullie al kunnen lezen dat witlof niet mijn favoriete groente is. Maar zoals zo vaak, smaken veranderen in de loop der jaren en inmiddels ben ik witlof als salade gaan waarderen. Wie weet gebeurt dit ook nog eens een keer met witlof uit de oven :).

Wel vind ik het 't lekkerste als er een zuurtje in de vorm van fruit bij zit. Granaatappels, ik ben er dol op, schoonmaken is niet echt een hobby maar dat heb ik er wel voor over. Meestal maak ik gelijk 2 granaatappels schoon en heb zo ook weer voldoende voor een paar dagen. Bijvoorbeeld voor in m'n ontbijt met de yoghurt.

Voor 2 personen

Bereidingstijd < 15 minuten

Ingrediënten salade

- 500 gram witlof (ongeveer 3 stronkjes)
- 50 gram granaatappelpitje (is ongeveer een 1/2 granaatappel)
- 150 gram gerookte kipfilet
- 50 gram groene bladsla

Ingrediënten dressing

- 3 eetlepels olijfolie
- 2 theelepels azijn
- 1 theelepel mosterd
- 1 theelepel honing
- snufje zout

Bereiding witlofsalade met gerookte kip en granaatappel

1. Snij de onderkant van de witlofstronk en eventueel de harde kern uit de witlof.
2. Snij de witlof vervolgens in dunne reepjes.
3. Meng de witlof met de groene bladsla in een grote kom.
4. Snij de gerookte kipfilet in kleine blokjes en meng deze samen met de graanappelpitjes door de salade.
5. Doe de ingrediënten voor de dressing in een potje, flink schudden en serveer deze apart bij de salade.

Voedingswaarde per eenpersoons portie (incl. dressing)

Energie (kcal)	Vet (g)	Verzadigd vet (g)	Eiwit (g)	Koolhydraten (g)	Vezels (g)	Zout (g)
328	20	3,6	18	15,5	4	2,2