



Italiaanse lunchsalade met gehaktballetjes



Bereidingstijd

< 30 min



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

1 eikenbladsla
500 gram gehakt
1 ei
1 kopje parmezaan
1 eetlepel oregano
1 pak minimozzarellaballetjes
3 kerstomaten (gehalveerd)
bokaal artisjokharten (uitgelekt)
1 komkommer (in reepjes gesneden)
1 citroen (sap)
olijfolie
1 bosje basilicum
peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Maak de eikenbladsla schoon door de grove buitenste bladeren te verwijderen en de andere bladeren voorzichtig los te maken van de krop. Was de bladeren, laat ze uitlekken en scheur ze in stukken.
- 2.** Meng het gehakt met het ei, de Parmezaanse kaas, de oregano, peper en zout. Rol er balletjes van en bak die in de airfryer of in een pan met antiaanbaklaag. Laat een beetje afkoelen.
- 3.** Schik de sla op een schaal. Voeg de gehaktballetjes, de mozzarella, de kerstomaten, de artisjokharten en de reepjes komkommer toe. Bedruppel met citroensap en olijfolie. Werk af met basilicum.
- 4.** Bedruppel met citroensap en olijfolie.