

## HOW TO'S

- citrus segmenteren **35**
- een rijpe ananas kiezen en snijden **37**
- een salade mengen met dressing **48**
- geroosterde kokospasta maken (keresik) **46**
- groente blancheren **33**
- groenten roosteren **40**
  - aubergine roosteren op de pit **42**
  - bieten roosteren in aluminiumfolie **41**
  - paprika's roosteren onder de grill **40**
  - wortelgroenten roosteren in de oven **43**
- kleine blokjes snijden (brunoise) **30**
- kruiden fijnsnijden (chiffonade) **31**
- luciferstokjes snijden (julienne) **28**
- prei schoonmaken en snijden **44**
- ui snipperen (zonder te huilen) **26**

## INTERNATIONALE KLASSIEKERS

- aardappelsalade met granaatappel uit azerbeidjan (nar salatinin) **61**
- Amerikaanse koolsla (coleslaw) **68**
- Bulgaarse sneeuwuitjesalade (snezhanka) **69**
- caesarsalade **71**
- caprese **72**
- Catalaanse bakkeljauwsalade met hazelnootsaus (xató) **65**

- Catalaanse straatkeiensalade (empedrat) **64**
- Chinese nieuwjaarssalade (yu sheng) **54**
- cobb salad **74**
- Duitse aardappelsalade (kartoffelsalat) **77**
- Eritrese broodsalade (fata) **57**
- Franse wortelsalade (carottes râpées) **66**
- garnalen-lotussalade (gòì ngó sen) **63**
- Griekse salade **80**
- Hollandse haringsalade **53**
- Indiase tomaat-komkommer-salade (kachumbar) **82**
- Indonesische groentesalade met lichte pindasaus (pecel) **90**
- Italiaanse broodsalade (panzanella) **89**
- knolselderijremoulade **83**
- Koreaanse bosuisalade (pajeori) **67**
- Laotiaanse yumsalade **86**
- Libanese broodsalade (fattoush) **79**
- Libanese peterseliesalade (tabbouleh) **87**
- Perzisch kruidenbord met feta (sabzi khordan) **58**
- rivierkreeft louie **88**
- salade Lyonnaise **92**
- salade niçoise **94**
- Surinaamse huzarensalade **95**
- Thaise gehaktsalade (laab) **85**
- Thaise groene papajasalade (som tam) **97**
- turkse bulgursalade (kisir) **98**
- Vietnamese haringsalade (goi ca trich) **56**
- Vietnamese rijstnoedelsalade met tofu (bún chay) **100**
- waldorfsalade **101**

- warme geitenkaassalade (salade chèvre chaud) **102**
- wedge salad **103**

## SIMPELE SALADES VOOR ERBIJ

- artisjoksalade **130**
- asperge-mimosasalade **144**
- auberginesalade met granaatappel **145**
- avocadosalade **134**
- Azerbeidzjaanse koolsla (biberli kelem salati) **111**
- bamboescheutensalade **146**
- bietensalade met walnoot **122**
- kruidige bietensalade **123**
- bleekselderijsalade **147**
- broccolisalade **150**
- Chileense tomatensalade (ensalada chilena) **114**
- Chinese koriandersalade (lao hu cai) **141**
- Chinese zoetzure aardappelsalade **107**
- din tai fung style komkommersalade **175**
- doperwtensalade **148**
- edamamesalade **151**
- gebakken boerenkoolsalade met sesamdressing **154**
- gebakken broccolisalade **151**
- gegrilde courgettesalade **156**
- gekaramelliseerde venkelsalade **155**
- Georgische salade met walnotendressing **143**
- gepofte auberginesalade met pittige yoghurt dressing **109**
- geroosterde auberginesalade **159**
- geroosterde bietensalade met pecorino **127**

- geroosterde bietensalade met stracciatella en hazelnoten **161**
- geroosterde paddenstoelensalade **162**
- geroosterde paprikasalade **164**
- geroosterde pompoensalade **167**
- gescheurde komkommer-salade **172**
- gestoomde auberginesalade met ijsblokjesdressing (gaji naengguk) **110**
- groene salade met gebakken halloumi **132**
- Japanse spinazie-sesamsalade (goma ae) **165**
- Kazachstaanse daikonsalade (salğam) **113**
- kimchisalade **168**
- klassieke groene bistrosalade **170**
- komkommerlinten met Thaise dressing **173**
- koolrabisalade **120**
- Koreaans Russische wortelsalade (morkovcha) **176**
- koreaanse komkommersalade oi muchim **278**
- kousenbandsalade **118**
- kruidensalade **178**
- lepelsalade **142**
- lotuswortelsalade **181**
- maïssalade **183**
- Maleisische komkommersalade (kerabu timun) **117**
- okrasalade met pinda-oestersausdressing **129**
- olijvensalade met walnoten **184**
- paardenbloemsalade **179**
- pickle salad **187**
- pittige tomatensalade uit Madagascar (lasary voatabia) **112**
- radijssalade met wasabi **135**
- rauwe bietensalade met sinaasappel en munt **125**
- rauwe champignonsalade **188**
- regenboogsalade met misodressing **190**
- rood- en witlofsalade **191**
- salade van cactusblad (ensalada de nopales) **128**
- Scandinavische bietensalade **124**
- simpele doperwtensalade **192**
- snijbietsalade met pecannoten, krokante panko en rozijnen **108**
- sperziebonen met yoghurt (borani boranija) **193**
- sperziebonensalade **194**
- sperziebonensalade met tahindressing **196**
- spinazie-tofusalade **197**
- Sri Lankaanse wortelsambol **136**
- sumaksalade met rode uien **199**
- tomaat-komkommersalade met eieren en rokerige yoghurt **153**
- tuinbonensalade met zelfgemaakte ricotta **200**
- Turkse tomatensalade met granaatappel en walnoot **115**
- waterkerssalade met granaatappel en walnoot **137**
- witlofsalade met roquefortdressing **202**
- wortelsalade met harissa **121**
- zeewiersalade **203**
- zomerse maïs-tomatensalade met munt dressing **139**
- SALADES VOOR DE GROTE TREK**
- 5-minuten-salade met warmgerookte zalm en edamame **231**
- bloemkool-extravaganza met sumakdressing **243**
- bossalade **222**
- bougiourdi-salade **236**
- Chinesekoolsalade met knapperige tofu **220**
- chopped salad **223**
- couscoussalade **211**
- de biowinkelsalade **225**
- earth bowl **239**
- gaspachosalade **246**
- gebakken aardappelsalade **208**
- graasplank **232**
- groene falafelsalade **245**
- herfstsalade met zoete aardappel, cavolo nero en hazelnoten **249**
- kikkererwtensalade met aubergine **210**
- Koreaanse koude noedelsalade (jjolmyeon) **219**
- lentegroensalade **240**
- Maleisische rijstsalade (nasi ulam utara) **235**
- midnight-munchies-salade **228**
- oogstsalade **233**
- pastasalade met rucolapesto en zalm **212**
- polder-shoarmasalade met babymaïs **214**
- proteïnepowersalade **241**
- rijstsalade **209**
- roze freekehsalade met bieten **250**
- tacosalade **217**
- Thaise gebakken eiersalade (yam khai dao) **207**



the med **226**  
venkel-orzosalade met  
sardines, olijven en  
pistachenoten **252**  
warme linzensalade **255**  
waterkerssalade met krieltjes  
en gerookte makreel **251**

### MEENEEMSALADES

bloemkoolsalade met  
kikkererwten en harissa  
**291**  
boerenkoolsalade met hete  
honingdressing **265**  
bonensalade met Portugese  
smaken **271**  
Braziliaanse salade met  
aardappelsticks (salpicão)  
**279**  
Colombiaanse clownsalade  
(ensalada de payaso) **284**  
dolmasalade **259**  
frisse koolsla **285**  
gemarineerde bietensalade  
met pesto-crème fraîche  
**275**  
geroosterde groentesalade  
**274**  
Koreaanse aardappelsalade  
**268**  
Libanese koolsalade (salatet  
malfouf) **266**  
linzensalade met tadka **288**  
Mexicaanse maïssalade  
(esquites) **272**  
quinoasalade met wortel en  
sticky dadeldressing **286**  
rauwe spruitjessalade **262**  
ravigotte-aardappelsalade  
**273**  
Russische bontjassalade  
(shuba) **278**  
salade uit Murcia (ensalada  
murciana) **283**

Surinaamse kokossalade  
goedangan **280**  
Turkse bonensalade **277**  
Vietnamese lenterolletjes **261**  
Vietnamese taugésalade (dua  
gia) **292**  
zomerse succotash **260**

### FRUITSALADES: HARTIG EN ZOET

aardbeien-spinaziesalade met  
balsamicodressing **327**  
ambrosia **314**  
ananassalade **301**  
appel-venkelsalade met radijs  
**310**  
appel-zuurkoolsalade **307**  
bloedsinaasappelsalade met  
venkel **326**  
citruossalade met venkel en  
olijven **309**  
druivensalade met vermouht  
**319**  
Filipijnse mango-tomaat-  
salade **322**  
Filipijnse pandan-kokossalade  
(buko pandan) **316**  
gegrilde nectarinesalade met  
burrata **311**  
gegrilde perensalade met  
pecorino **332**  
geroosterde ananassalade met  
rum-karameldressing **302**  
Indonesische fruitsalade  
(roedjak manis) **312**  
jicama-appelsalade **328**  
kersensalade met biet en  
roquefort **323**  
mandarijnsalade met roodlof,  
geitenkaas en amandelen  
**297**  
mango-jicamasalade **328**  
mango-komkommersalade  
met tajin **315**

meloensalade **333**  
Nepalese sinaasappelsalade  
suntala sadeko **298**  
peer-manchego salade met  
granaatappeldressing **304**  
pomelosalade **331**  
sinaasappel-wortelsalade  
met maanzaad **305**  
venkel-nectarinesalade met  
chimichurri **329**  
vijgensalade met  
parmezaanse kaas **324**  
watermeloensalade met  
gebakken halloumi **300**  
winterse caprese **320**  
zoete appelsalade met  
kaneel-tahindressing **306**

### ZIJN DIT SALADES?

bagna cauda **368**  
bakkeljauwsalade (bujol) **365**  
cashew-kerriesalade **352**  
ceviche uit fiji (kokoda) **357**  
eiersalade **337**  
garnalencocktail **367**  
gerookte zalmalade **347**  
geroosterde groente met pit  
(salata mashwiya) **359**  
gestoofde bladgroente met  
olijfolie en citroen **356**  
hüttenkäsesalade met  
gerookte forel **362**  
Indiase gepofte rijstsalade  
(jhal muri) **346**  
jell-o salad **338**  
kappertjessalade  
(kaparosalata) **342**  
krabsalade **340**  
Marokkaanse paprikasalade  
(tatouka) **355**  
Mexicaanse ceviche van  
garnalen (aguachile de  
camarón) **345**

poké 364  
posteleinsalade met yoghurt 341  
preiersalade met roquefort 349  
saladecups 339  
selleriesalade 350  
Snickerssalade 360  
tonijnsalade 354  
tzatziki 351

### **DRESSINGS, VINAIGRETES EN ANDERE SAUZEN**

Amerikaans Italiaanse dressing 405  
avocado-tahindressing 408  
basilicumolie 380  
beurre-noisette-dressing 383  
bosuidressing 387  
Chinese mosterd dressing 388  
dille-roomdressing 402  
dragon-dilleazijn 378  
frambozendressing 410  
Franse vinaigrette 374  
green goddess dressing 411  
gremolata 373  
honing-mosterdvinaigrette 409  
hummusdressing 394  
karnemelkdressing 402  
kerriemayonaise 418  
kiwidressing 403  
klassieke pesto 377  
kokosdressing 389  
kurkumadressing 390  
lavendel-honingdressing 401  
maanzaaddressing 416  
mayonaise 375  
mieriksworteldressing 409  
misovinaigrette 382  
muntsaus 387

pecan-roquefortdressing 395  
pindadressing 384  
ranchdressing 391  
romige cashewdressing 396  
romige kruidendressing 412  
romige mosterdvinaigrette 395  
salsa verde 413  
sambaldressing 398  
sesamvinaigrette 417  
sesamvinaigrette met hoisin 379  
sinaasappeldressing 414  
slasaus 407  
spirulinadressing 404  
tahindressing 389  
tamarinddressing 419  
Thaise karameldressing 397  
thousand island dressing aka marie-rose-saus aka russian dressing 400  
walnootvinaigrette 391  
warme tomatenvinaigrette 393  
wasabidressing 420  
yoghurtdressing met hot sauce 384  
zijdentofudressing 384  
zoetzure saus 420  
zwarte-olijvendressing 385  
zwitserse vinaigrette 421

### **CRUNCHY TOPPINGS**

bombaymix 427  
boterig broodkruim 429  
crispy rijstnoedels 426  
croutons 430  
dukkah 432  
everythingbagelmix 433  
gebakken uitjes 437  
gefrituurde peterselie 438

geroosterde kikkererwten 443  
gesuikerde noten 425  
gomasio 435  
Japanse zeewiertopping (furikake) 434  
kaascrisps 441  
krokante boekweit 441  
krokante knoflook 444  
kruidige pecannoten 446  
sesamcrunch 449  
sojacashewnoten 446  
sweet & spicy pompoenpitten 447  
tempécrispijes 450  
veterfrietjes 453

### **EXTRA JE BEST DOEN**

bosuienolie 462  
falafel 464  
gemarineerde eieren 467  
halfgedroogde tomaatjes 461  
harissa 468  
hot sauce 457  
hummus 458  
ingelegde druiven met rooibos 460  
ingelegde jalapeño's 460  
Thaise schoonzooneieren 465  
zoetzure spicy rozijnen 459  
zoetzure ui 461