

# Rode koolsalade met sinaasappel en mosterd



*Deze frisse rode koolsalade met sinaasappel maak je met mosterd zo pittig als je wilt.*

Koken : 20

Totaal : 20 min

## Ingrediënten

½ eetlepel suiker

2 sinaasappels

1 theelepel mosterd

1 - 2 eetlepels azijn

1 stuk rode kool of 400 gram gesneden rode kool

1 eetlepel olie

## Recept

1. Maak het stuk rodekool schoon of gebruik voorgesneden rodekool.
2. Verwijder eventueel de dikke stronk. Schaaf de kool heel fijn.
3. Schil de sinaasappels dik en snijd de parten uit de vliezen. Vang het sinaasappelsap op.
4. Maak een dressing van het sinaasappelsap, 1 eetlepel water, azijn, de mosterd, wat suiker, de olie en wat peper.
5. Meng de dressing door de rodekool en laat dit 1 uur staan.
6. Meng er de stukjes sinaasappel door.

Menusuggestie: Lekker met vegetarische roerbakreepjes en aardappelpuree. Bron: Voedingscentrum.

## Voedingswaarden

calories : 156 calories

fat : 5.87 grams

carbohydate : 15.73 grams

proteïn : 4.79 grams

<https://www.veggipedia.nl/recepten/rodekoolsalade-met-sinaasappel-en-mosterd>