

Maaltijdsalade met aubergine



SONJA VAN DE RHOER

Een maaltijdsalade van aubergine, perzik, frambozendressing, ei en walnoten. De aubergine komt van oorsprong uit tropisch Azië. De vruchtgroente behoort tot de nachtschadefamilie, evenals de tomaat, paprika en peper. Er bestaan verschillende variëteiten, echter in Nederland is de paarse, ovaalvormige aubergine het meest bekend. Let op: de aubergine is een van de weinige groenten die niet rauw gegeten kunnen worden. Dit komt omdat de rauwe aubergine bitter smaakt. Deze bitterheid verdwijnt bij verhitting in de oven of tijdens het bakken (in olie). Een aubergine is rijp als de vruchtgroente bij lichte vingerdruk meegeeft. Een rijpe aubergine glimt niet maar heeft een meer matte glans. Let er bij aankoop op dat de schil onbeschadigd is en dat de kroonbladeren een frisgroene kleur hebben. Een aubergine is erg gevoelig voor temperaturen beneden de 10°C. Bewaard bij lagere temperaturen treedt al snel het zogenaamde lage temperatuur bederf op. De beste plaats voor aubergines is een donkere plek waar het een beetje vochtig is. Bij een temperatuur van 16°C kunt u ze zonder problemen een week bewaren.

Was de aubergines en snijd de vruchtgroenten in blokjes. Schil de perziken en snijd ze in partjes.

Klop een dressing van 2 eetlepels van de olijfolie met de frambozenazijn, zout en peper.

Verhit 2 eetlepels van de olijfolie in een koekenpan en bak de aubergineblokjes met de tijm een minuut of 5 aan. Schep de aubergineblokjes uit de pan en leg ze in de frambozendressing.

Bak vervolgens de perzikpartjes in dezelfde koekenpan circa 2 minuten om en om en voeg ze toe aan de aubergine met de dressing.

Was en droog de sla en pluk deze in stukken. Pel de ui en snijd deze in flinterdunne ringen. Neem 4 eenpersoons diepe borden of een bowl (kom). Leg onderin de sla, wat ringen ui en hierop de aubergine en perzik met de dressing.

Verhit de laatste eetlepel olijfolie in de koekenpan en bak 4 spiegeleieren. Leg op elke salade een spiegelei en garneer met grof gehakte walnoten.

Serveer er lekker grof brood bij.

Ingrediënten voor 4 personen

2 aubergines (circa 600 gram)

4 perziken

5 eetlepels olijfolie

2 eetlepels frambozenazijn

zout

peper

3 takjes tijm

1 krop kropsla

1 (rode) ui

4 eieren

50 gram gepelde walnoten