











Regenboog wortelsalade

Ingrediënten:

-  3 middelgrote wortels, geschild en in dunne reepjes gesneden
-  1/2 rode paprika, in dunne reepjes gesneden
-  1/2 gele paprika, in dunne reepjes gesneden
-  1/2 groene paprika, in dunne reepjes gesneden
-  1/4 rode ui, in dunne plakjes gesneden
-  1/4 kopje rozijnen
-  2 eetlepels gehakte verse peterselie

Voor de dressing:

-  2 eetlepels olijfolie
-  1 eetlepel appelazijn
-  1 eetlepel honing
-  1/2 theelepel mosterd
-  zout en peper naar smaak

Bereidingswijze:

1. Meng de gesneden wortels, paprika's en ui in een grote kom.
2. Voeg de rozijnen toe en meng alles goed door elkaar.
3. Meng in een aparte kom de olijfolie, appelazijn, honing en mosterd tot een gladde dressing. Breng op smaak met zout en peper.
4. Voeg de dressing toe aan de groenten en meng alles goed door elkaar.
5. Bestrooi de gehakte peterselie over de salade en serveer.



Deze regenboog wortelsalade is een kleurrijke en voedzame snack voor kinderen. Het is een geweldige manier om kinderen te laten genieten van de smaak van verse groenten en om hun gezonde eetgewoonten te bevorderen.