



## Lauwwarme haringsalade met koolrabi en tuinbonen (2 personen)



### Zelf oogsten uit eigen mini-tuin

1 koolrabi (ongeveer 250 gr schoongemaakt)  
150-200 gr gedopte tuinbonen  
Klein bosje stengelui  
400-450 gr (nieuwe) aardappelen

### Overige ingrediënten

2 nieuwe haringen  
2 el Griekse yoghurt  
1 el citroensap  
1 tl grove mosterd  
een paar kleine augurkjes  
Peper naar smaak

### Vorbereiding

Boen de aardappelen schoon.  
Dop de tuinbonen  
Schil de koolrabi en snijd deze in blokjes van ongeveer 1 cm.  
Snijd de haringen in stukjes van ongeveer 2 cm.  
Snijd de stengelui in kleine ringen.  
Snijd de augurken in kleine stukjes.

### Bereiding

Kook de aardappelen gaar volgens je gebruikelijke methode. Giet ze af en laat ze afkoelen.  
Kook de tuinbonen 3-5 minuten. Giet af en verwijder eventueel de velletjes van de grotere bonen.  
Kook de koolrabi in ongeveer 5-7 minuten beetgaar.  
Meng yoghurt, mosterd, citroensap, stengelui en peper tot een dressing  
Meng de aardappelen, koolrabi en tuinbonen voorzichtig met de dressing.  
Verdeel de lauwwarme salade over de borde  
Leg de stukjes haring erop en garneer met wat stukje augurk.