

Beste kookvrienden,

Deze maand is al behoorlijk warm geweest en er zijn van die dagen geweest, gezien de hitte, waar ik niet veel zin had om te kokkerellen. Ik zocht naar bereidingen waar niet veel werk aan was en dat gezien de warmte toch eerlijk zou smaken. Zo'n zomers gerecht volgt hier ...

## **Aardappel, sperziebonen, sardientjes.**

Deze eenvoudige maar vullende zomersalade is geïnspireerd op de salade Niçoise, met sardientjes uit blik en niet de klassieke minderwaardige tonijn uit blik.

Het enige wat je verder hoeft toe te voegen is citroensap, zout en peper.

Als je hele sardientjes gebruikt in plaats van filets, verwijder dan de ruggengraat.

### **Ingrediënten:**

- vastkokende aardappelen
- sperziebonen de puntjes eraf gesneden
- 1 blik sardientjes op olijfolie van goede kwaliteit (of meer)
- 1 citroen
- wat extra vergine olijfolie
- grof zeezout en versgemalen zwarte peper

### **Bereiding:**

- Snijd de aardappels in 2 of 3 stukken. Doe ze in een pan, bedek ze met water en voeg zout toe. Breng aan de kook, draai het vuur wat lager en laat +/- 5 minuten zacht koken.
- Snij intussen de sperziebonen in stukken van 3-4 cm en doe ze de laatste +/- 8 minuten bij de aardappels in de pan. Ze moeten nog knapperig zijn als ze klaar zijn.  
Giet aardappels en boontjes af en laat afkoelen tot ze op kamertemperatuur zijn.
- Doe ondertussen de sardientjes met hun olie in een grote schaal. Voeg wat zout en peper toe en het citroensap en pureer met een vork.
- Doe de afgekoelde aardappels en boontjes in de schaal met de sardientjes en schep goed om, zodat de groenten bedekt raken met de vissige dressing. Proef en voeg extra zout, peper, citroensap en/of extra vergine olijfolie toe als je denkt dat dat nodig is, en dien op.

Als drank nuttig je een heerlijk koel biertje of dito rosé wijntje.

Laat het jullie smaken en geniet verder van een heerlijke zomerdag.

Thierry

