

ingrediënten (voor 2-3 personen)



- 8 middelgrote tomaten.
- 250 gram magere kwark
- 4 ansjovis filets
- 4 gesneden olijven (in schijfjes)
- 1 worteltje
- 2 stengels selderie
- slablaadjes
- 2 eetlepels zure room
- paar druppels tomatenketchup
- 2 theelepels citroensap
- 60 gram garnalen.

Bereiden

Snijd de kapjes van de tomaten, schep ze met een lepel leeg. Bewaar wat van het vruchtvlees. Vul de tomaten met de magere kwark en de gehakte ansjovis. Leg op elke gevulde tomaat twee plakjes olijf. Zet de tomaten op een schotel. Snijd het worteltje in staafjes en snijd de selderie in heel dunne reepjes. Leg de ingrediënten in ijswater om ze te laten krullen. Schik ze op een schotel. Leg de slablaadjes op de schotel voor de garnalen. Vermeng de zure room met de tomaten pulp (niet de zaadjes), de tomatenketchup, het citroensap en de peper. Roer de garnalen erdoor en leg dit alles op de sla. Bestrooi de garnalen met de paprikapoeder.

Serveren als voorgerecht of als lichte hoofdmaaltijd.

Varieer met stukjes gekookte vis of gehakte ui in plaats van ansjovis.

Bewaar op een koele plaats.