



# Radijs

**Tip: het loof van radijzen is eetbaar en kan je verwerken in soep.**

**Na verhitting is de radijs minder scherp van smaak.**

**Hou je niet zo van de pikante smaak van radijzen? Probeer eens om ze te schillen!**

## Categorie

Kruisbloemig

## Bewaren

Zonder loof kan je radijzen enkele dagen in de koelkast bewaren, maar het liefst van al eet je ze zo snel mogelijk op zodat ze heerlijk knapperig zijn.

Bewaar je ze in de koelkast, dan kan je ze best in een plastic zakje met gaatjes bewaren.

## Beschikbaarheid

Jaarrond beschikbaar

## Culinaire toepassingen

Uit het vuistje, in een salade, gestoofd of gekookt.

## Voedingswaarde

Bevat veel water en is rijk aan vitamine C, kalium, calcium, natrium, fosfor en voedingsvezels.