



Knapperige zalmfilet met zeekraal

op pasta met pittige cherrytomaten en dille



ca. 35min



2 personen

Zeekraal is een plant van de succulentenfamilie die in moerassen en op stranden groeit. Hij wordt ook wel zeeboon of zeeasperge genoemd en is heerlijk in een salade, roerbak, visgerecht of als garnering. Wij gebruiken deze lekker knapperige en zoutige groente vandaag in een pastagerecht met pittige cherrytomaten, zelfgemaakte dillepesto en erbovenop een knapperig gebakken stukje zalm.

Wat je van ons krijgt

- 200g tagliatelle ¹
- 25g amandelschaafsel ¹⁵
- 1 onbehandelde citroen
- 70g verse kruidenmix: dille & zeekraal
- 100g babyspinazie
- 2 tenen knoflook
- 250g cherrytomaten
- 1 zakje chilivlokken
- 2 zalmfilets, ontdooid ⁴

Wat je thuis nodig hebt

- 2 el boter ⁷
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- 2 middelgrote koekenpannen
- staafmixer met beker
- keukenrasp
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), vis (4), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1091kcal, vet 64.0g, koolhydraten 86.3g, eiwit 41.0g



1. Amandelen roosteren

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Verhit een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en bak het **amandelschaafsel** in 1-2min goudbruin. **Let op**, ze kunnen snel aanbranden. Doe ze dan in een hoge (maat)beker. Houd de pan.



4. Tomaten bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 2el boter en bak de **cherrytomaten** tot ze open barsten. Voeg de **knoflook**, de **rest van de dille**, een flinke snuf **chilivlokken** en een snuf peper en zout toe en bak nog ca. 1min op laag vuur. Neem de pan van het vuur.



2. Pesto pureren

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Snijd de **dille incl. fijne steeltjes** grof. Voeg de **citroenrasp**, **1-2el citroensap**, de **helft van de dille**, 2el olijfolie en een snuf zout toe aan de **amandel** in de hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer tot een grove **pesto**.



5. Vis bakken

Spoel de **vis** af met koud water, dep droog en verwijder evt. aanwezige graten en schubben. Verhit een tweede middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bestrooi de **vis** met een flinke snuf zout en bak 3-4min op de huidkant. Voeg de **zeekraal** toe aan de pan, draai de **vis** voorzichtig om en bak in 1-2min gaar.



3. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 6-8min beetgaar. Voeg in de laatste 30sec de **spinazie** toe en laat slinken. Giet af en laat uitlekken. Pel en hak de **knoflook** heel fijn, of gebruik een knoflookpers.



6. Pasta mengen

Voeg de **pasta** met de **spinazie** en de **helft van de pesto** toe aan de pan met de **tomaten**, meng goed en verdeel over diepe borden. Top met de **zeekraal** en de **rest van de pesto** en serveer de **vis** erop.