



Malse zalm op saffraanrisotto

met pistache-gremolata, tomaten en courgette



ca. 1u



2 personen

Fijnproevers zullen het zeker met ons eens zijn: saffraan en risotto zijn echt een onweerstaanbaar lekkere combinatie. Vooral wanneer je de saffraanrisotto serveert met heerlijke malse zalm en een gremolata met pistachenoten. Als bijgerecht geef je cherrytomaten en courgette uit de oven, en het plaatje is helemaal compleet met geraspte kaas en frizure citroenrasp. Bon appetit!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 doosje saffraandrazen
- 1 teen knoflook
- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷
- 20g pistachenoten ¹⁵
- 200g risottorijst
- 1 courgette
- 250g cherrytomaten
- 10g verse peterselie
- 1 onbehandelde citroen
- 2 zalmfilets met huid, ontdooid ⁴

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn ¹⁷

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- middelgrote koekenpan
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- keukenrasp
- citruspers

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

Kooktip

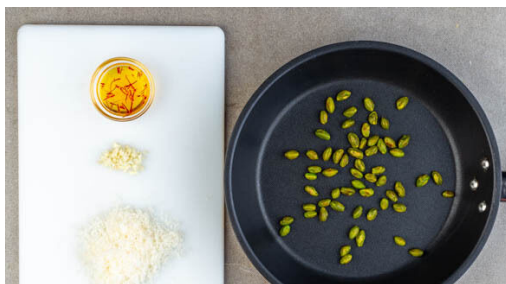
Houd de courgette en tomaten tot het serveren warm in de uitgeschakelde oven.

Allergenen

vis (4), melk (7), noten (15), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1153kcal, vet 68.3g, koolhydraten 96.4g, eiwit 39.5g



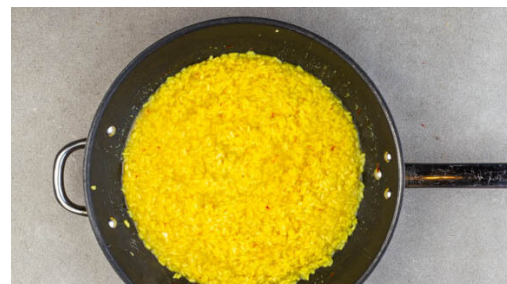
1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Los het **bouillonpoeder** op in 1L heet water. Plet de **saffraan** met een lepel, meng met 1el heet water en zet opzij. Pel de **knoflook** en snijd fijn. Rasp de **kaas** fijn. Verhit een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **pistachenoten** in 2-4min goudbruin, schep ze uit de pan en zet opzij. Was de pan nog niet af.



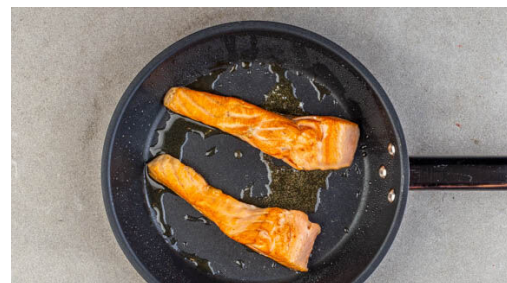
4. Gremolata maken

Hak de **pistachenoten** grof. Snijd de **peterselie incl. steeltjes** grof. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Doe de **peterselie**, de **rest van de knoflook**, **1/2tl citroenrasp**, **1/2-1el citroensap** en 2el olijfolie in een hoge (maat)beker en pureer glad. Voeg evt. lepel voor lepel een beetje water toe. Meng de **pistachenoten** met de **gremolata**.



2. Risotto starten

Verhit een grote koekenpan op laag tot medium vuur met 2tl olijfolie en bak de **helft van de knoflook** ca. 1min. Voeg de **rijst** toe en bak ca. 2min mee. Roer de **saffraan incl. vloeistof** erdoor en bak ca. 1min mee. Blus beetje bij beetje af met de **bouillon** en roer regelmatig. Ga ca. 22min zo door, tot de **bouillon** op is en de **rijst** beetgaar.



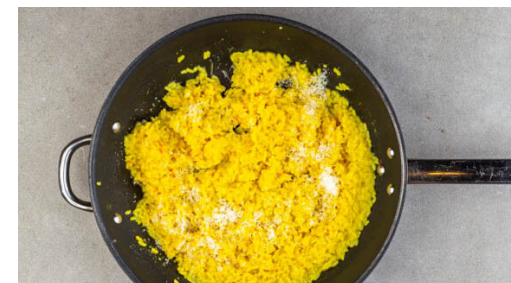
5. Vis bakken

Spoel de **vis** af met koud water, dep droog en verwijder evt. aanwezige graten en schubben. Verhit de gebruikte middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 2tl olijfolie en bak de **vis op de huidkant** 3-5min. Draai voorzichtig om en bak nog 1-2min. Neem de pan van het vuur.



3. Groente roosteren

Snijd de **courgette** in blokjes van ca. 2cm. Doe de **courgetteblokjes** en de **cherrytomaten** in een ovenschaal. Meng met 2el olijfolie, 1el balsamicoazijn en een flinke snuf zout en een snuf peper. Rooster 20-25min in de oven, tot de **cherrytomaten** zacht zijn en open barsten. Houd warm tot het serveren (**zie kooktip**).



6. Risotto afmaken

Roer kort voor het serveren **3/4 van de kaas** door de **risotto** en breng op smaak met peper en zout. Serveer de **risotto** met de **vis** bovenop. Schep de **courgette en tomaten** eraan en bestrooi het geheel naar wens met de **rest van de kaas** en wat **citroenrasp**.