MARLEY SPOON

Zalmfilet x2 met zeewierkaviaar en walnoten

met aardappels en venkel-sinaasappelsalade

ca. 45min 2 personen

Luxe en nog veel luxer: met dit recept zet je een culinair hoogstandje op tafel. Heerlijke, malse zalm geserveerd met vegetarische kaviaar van zeewier en gekaramelliseerde walnoten – dat is al een heel chic gebeuren. Dan maak je er nog "crushed potatoes" bij en bereid je een frisse salade van venkel, sinaasappel en rucola. Buitengewoon luxe, buitengewoon lekker.

Wat je van ons krijgt

- 2 onbehandelde sinaasappels
- 4 zalmfilets met huid, ontdooid [1]
- 1 zakje krieltjes
- 1 venkel
- 50g walnoten [4]
- 10g verse dille
- 50g rucola
- 30g zeewierkaviaar

Wat je thuis nodig hebt

- 1el boter [2]
- 1tl mosterd [3]
- 1tl honing
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- kleine koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp

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

Allergenen
Vis (1), Melk (2), Mosterd (3), Noten (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie
calorieën 1464kcal, vet 102.0g, koolhydraten 76.7g, eiwit 59.7g

1. Vis bakken

Verwarm de oven voor op 135°C (115°C hetelucht). Rasp de **schil van 1 sinaasappel**. Schil alle **sinaasappels**, snijd ze in dunne plakjes en leg de **helft van de plakjes** in een ovenschaal. Dep de **vis** droog, controleer op graten en wrijf rondom in met ½tl peper en zout en 4el olijfolie in totaal. Leg de **vis** met de huid naar boven op de **sinaasappels** en bak 35-40min in de oven.

2. Aardappels koken

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **aardappels**. Voeg de **ongeschilde aardappels** toe aan het kokende water en kook ze in 15-20min gaar. Giet af in een vergiet en zet de **aardappels** afgedekt in de pan opzij.

3. Venkel bakken

Snijd de **venkel** in de lengte doormidden, verwijder de harde onderkant en stelen en snijd 'm in de lengte in dunne reepjes. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **venkel** in 5-7min zacht en glanzend. Roer 50ml water, 1tl honing en een flinke snuf zout erdoor en laat even koken tot het water grotendeels verdampt is. Haal de pan van het vuur.

4. Walnoten karamelliseren

Verkruimel de **walnoten** lichtjes in het zakje. Laat in een kleine koekenpan 2el suiker in 2el water oplossen op middelhoog vuur. Voeg dan de **walnoten** toe en laat in 3-4min karamelliseren. Schep de **walnoten** op een bakplaat met bakpapier, bestrooi met een snuf zout en bak 7-10min mee in de oven, tot de **vis** gaar is.

5. Crushed potatoes maken

Hak de **dille** grof. Leg de **aardappels** op een snijplank en druk ze een beetje plat met de pan. Maak de bodem van de pan schoon, doe de **aardappels** er weer in en meng 1el koude boter en de **helft van de dille** erdoor.

6. Salade maken

Klop een **dressing** van het **braadvocht** uit de ovenschaal, 2el azijn, 1tl mosterd en de **sinaasappelrasp**. Meng **alle sinaasappelplakjes**, de **venkel**, **rucola** en de **rest van de dille** met de **dressing**. Trek de **huid** van de **vis**. Verdeel de **salade** en **crushed potatoes** over borden en leg de **vis** erop. Garneer met de **walnoten** en de **zeewierkaviaar**.