



Warmgerookte zalm en gepocheerd ei

op kruidige zuurkool met aardappelpuree



40-50min



2 personen

We eten onze zuurkool graag in een stampot met spekjes en rookworst, maar de combinatie met warmgerookte zalm is verrassend lekker. Zeker als je er ook een gepocheerd eitje bovenop serveert en het afmaakt met een milde mosterddressing en bosuitjes. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 ui
- 1 bosui
- 1x warmgerookte zalm ²
- 250g wijnzuurkool
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 2 biologische eieren ¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el boter ⁴
- 1el grove mosterd ⁵
- 1tl honing
- ½el bloem ³
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- 2 middelgrote kookpannen
- dunschiller
- aardappelstamper
- maatbeker
- schuimspaan
- zeef

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

Allergenen

Eieren (1), Vis (2), Gluten (3), Melk (4), Mosterd (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 862kcal, vet 50.7g, koolhydraten 52.0g, eiwit 43.8g



1. Aardappels koken

Breng in een middelgrote kookpan genoeg gezouten water aan de kook voor de **aardappels**. Schil de **aardappels** en snijd ze doormidden, grotere exemplaren in vieren. Voeg ze toe aan het kokende water en kook ze in 15-20min gaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan, giet de **aardappels** af in een zeef en doe ze terug in de pan. Houd afgedekt warm.



4. Dressing kloppen

Klop een **dressing** van 2el olijfolie, 1el lichte azijn, 1el grove mosterd en 1tl honing. Breng op smaak met peper en zout.



2. Ingrediënten voorbereiden

Halveer en pel de **ui** en snijd in fijne reepjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Controleer de **vis** op graten, verwijder de huid en scheur de **vis** in grove stukjes.



5. Aardappels stampen

Voeg 1el boter en een **scheutje kookwater** toe aan de **aardappels** en stamp ze tot een romige **puree**. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Breng in nog een middelgrote kookpan voldoende water met 1el lichte azijn aan de kook voor de **eieren**. Zet dan het vuur lager.



3. Zuurkool garen

Doe de **zuurkool** in een zeef en druk er zo veel mogelijk vocht uit. Verhit een tweede middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el boter. Bak de **ui** 1-2min, roer ½el bloem erdoor en blus af met 250ml water. Voeg de **zuurkool** en de **helft van het bouillonpoeder** toe. Leg een deksel op de pan en laat ca. 10min zachtjes koken. Kruid met een snuf suiker, peper en zout.



6. Eieren pocheren

Breek de **eieren** een voor een open in een kommetje en laat ze in het water glijden. Pocheer 3-4min, tot het **eiwit** gestold is en het **eigeel** nog vloeibaar. Schep de **eieren** met een schuimspaan uit de pan en laat uitlekken. Serveer de **aardappelpuree** op de **zuurkool** en top met de **vis** en het **ei**. Besprenkel met de **dressing** en bestrooi met de **bosui**.