



Gerookte zalm met sushirijst

en wasabidip met limoen-komkommersalade



20-30min



2 personen

Je kent wasabipasta vast als smaakmaker bij sushi. Maar wist je dat wasabi eigenlijk een wortel is? Hij is familie van de mierikswortel en heeft een vergelijkbare scherpe smaak. Japanners ontdekten een paar eeuwen geleden dat de wortel eetbaar was en begonnen wasabi te gebruiken als smaakmaker bij rundvlees en zalm. Dat laatste doen wij vandaag ook, met deze smakelijke bowl met zalm, sushirijst en wasabidip.

Wat je van ons krijgt

- 200g sushirijst
- 1 komkommer
- 1 limoen
- 10g verse koriander
- 1 bosui
- 1 zakje sesamololie ¹¹
- 1 zakje chilivlokken
- 1 gerookte zalmfilet ⁴
- 2 zakjes wasabi
- 1 kuipje yoghurt ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- azijn
- suiker

Kookgerei

- fijne keukenrasp
- middelgrote kookpan met deksel
- zeef
- maatbeker
- dunschiller of kaasschaaf

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

Allergenen

vis (4), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

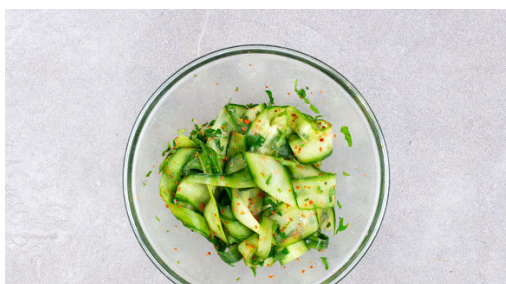
Voedingswaarde per portie

calorieën 706kcal, vet 21.5g, koolhydraten 90.6g, eiwit 37.7g



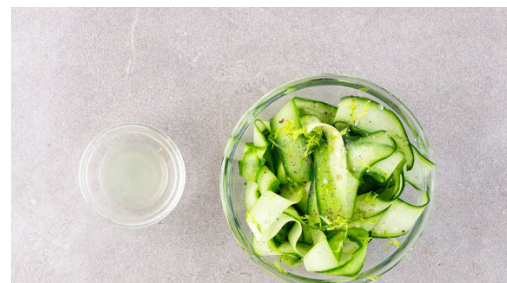
1. Rijst koken

Breng 400ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook. Was de **sushirijst** grondig in een zeef en voeg het aan de pan met kokend water toe. Breng opnieuw aan de kook, draai het vuur laag en leg een deksel op de pan. Kook de **rijst** in 10-13min beetgaar. Neem van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



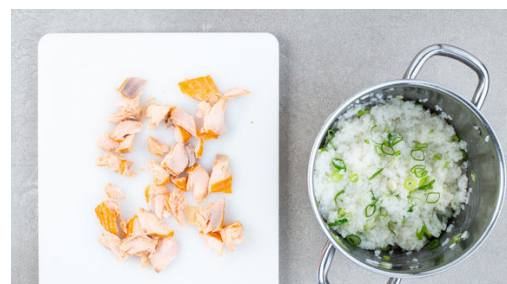
4. Salade mengen

Meng de **komkommerlinten** met de **sesamololie**, **limoenrasp** en het **limoensap**. Breng de **salade** op smaak met **chilivlokken** naar wens en roer de **koriander** erdoor.



2. Komkommer voorbereiden

Gebruik een dunschiller of kaasschaaf om linten van de **komkommer** te schaven. Draai een kwartslag na elke haal en stop bij de kern. Doe de **linten** in een kom, bestrooi met 1/2tl zout en hussel om. Laat 5min staan en knijp er dan zoveel mogelijk vocht uit. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



5. Rijst afmaken

Roer de **rijst** met een vork luchtig en breng op smaak met 1-2el azijn (bij voorkeur rijstwijnazijn), 1/2-1tl zout en een snuf suiker. Roer er de **helft van de bosui** door. Verwijder evt. de graten en scheur de **zalm** in hapklare stukken.



3. Koriander snijden

Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn. Snijd de **bosui** schuin in dunne ringen.



6. Dip maken

Los de **wasabi** in 1el water op en roer het mengsel naar smaak door de **yoghurt**. Breng de **dip** verder op smaak met peper en zout. Schep de **rijst** in kommen en serveer met de **zalm** en **komkommersalade** bovenop. Garneer met de **dip**, **rest van de bosui** en evt. meer **chilivlokken**.