



Supersnel: zalm met citroen

en aardappelsalade met botersaus



ca. 20min



2 personen

In dit recept bak je citroenschijfjes onder de zalmmoot in de pan. Het vet van de zalm en de suikers van de citroen zorgen voor een gekaramelliseerd laagje, wat een extra bijzondere smaak geeft. In combinatie met de frisse aardappelsalade, sperziebonen en radijsjes een topgerecht. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 200g voorgesneden sperziebonen
- 1 zakje vastkokende aardappels
- 1 bosje radijsjes
- 1 bosui
- 1 onbehandelde citroen
- 2 zalmfilets, ontdooid ⁴

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el boter ⁷
- olijfolie
- azijn
- peper en zout

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen
- kleine kookpan
- middelgrote koekenpan
- vergiet

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

Kooktip

Zien de blaadjes van de radijs er nog groen, fris en stevig uit? Deze kun je gewoon eten! Was ze goed en meng in stap 4 door de salade.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 644kcal, vet 34.9g, koolhydraten 50.8g, eiwit 32.0g



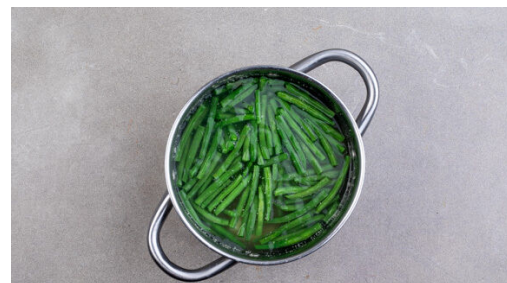
1. Aardappels voorkoken

Breng ruim gezouten water aan de kook in een middelgrote kookpan voor de **sperziebonen**. Boen de **aardappels** goed schoon en snijd ze **incl. schil** in 1cm brede schijfjes. Doe de **aardappelschijfjes** met een flinke snuf zout in een 2e middelgrote kookpan, voeg water toe tot ze onderstaan en breng aan de kook. Kook de **aardappels** in 10-12min gaar.



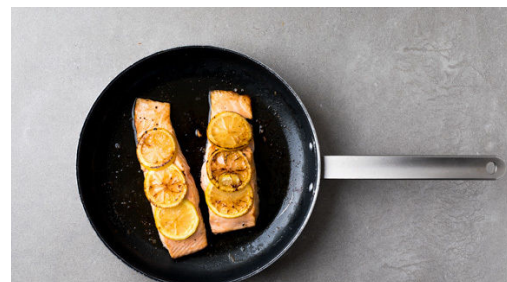
4. Salade mengen

Snijd de **bosui** in dunne ringen en houd 1el **bosuiringen** apart voor de garnering. Meng de **rest van de bosuiringen** met de **radijs**, de **sperziebonen**, de **aardappel** en de **dressing**. Breng de **aardappelsalade** op smaak met peper en zout.



2. Sperziebonen koken

Voeg de **sperziebonen** toe aan het kokende water en kook in 7-8min beetgaar. Giet na het einde van de kooktijd de **sperziebonen** en **aardappels** af in een vergiet en laat uitlekken.



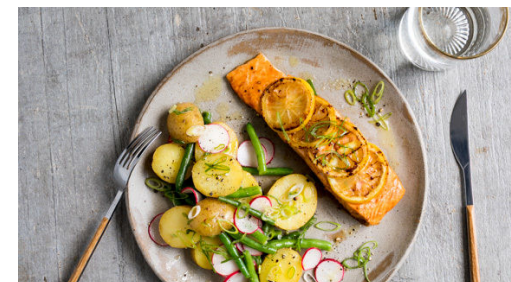
5. Zalm bakken

Snijd de **citroen** in hele dunne schijfjes. Spoel de **zalmfilets** af, dep droog, verwijder evt. graten en bestrooi de **zalm** met peper en zout. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur. Leg de **zalm** met de huidzijde naar onder in de pan en leg **3-4 citroenschijfjes** op iedere **filet**. Bak ca. 4min. Draai de **zalm incl. citroen** om en bak nog 3-4min.



3. Dressing maken

Laat 1el boter smelten in een kleine kookpan op laag vuur. Neem de pan van het vuur en roer er dan 1el lichte azijn, ½tl zout en peper naar smaak door. Snijd de **radijsjes** in dunne plakjes.



6. Afmaken en serveren

Serveer de **zalm** met de **aardappelsalade** en bestrooi met de **rest van de bosui**.