MARLEY SPOON

Zalmfilet met sesamaardappels

met oesterzwam en gebakken paksoi

ca. 40min 2 personen

Vandaag serveren we een luxueuze maaltijd vol umami smaken. Het begint met de oesterzwam, die met zijn aardse nootachtige smaak aromatischer is dan de champignon en door zijn zachte vlezige textuur in de meest uiteenlopende gerechten past. Ernaast serveren we een mooi stukje zalm in een rijke misosaus en we maken het af met paksoi en geroosterde aardappels met sesam.

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje krieltjes
- 1 teen knoflook
- 250g oesterzwammen
- 25ml sojasaus [1,6]
- 1x babypaksoi
- 1 zakje sesam [11]
- 25g misopasta [1,6]
- 2 zalmfilets met huid, ontdooid [4]

Wat je thuis nodig hebt

- 1tl honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- staafmixer met beker
- middelgrote koekenpan

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

Allergenen
gluten (1), vis (4), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie
calorieën 749kcal, vet 44.5g, koolhydraten 47.1g, eiwit 36.5g

1. Aardappels roosteren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **aardappels incl. schil** doormidden, grotere exemplaren in vieren. Meng ze op een bakplaat met bakpapier met 1el olijfolie en een flinke snuf zout. Leg de **ongepelde knoflook** erbij. Rooster de **aardappels** en de **knoflook** ca. 12min in de oven.

2. Groente voorbereiden

Scheur de **paddenstoelen** in grove repen en meng ze met de **helft van de sojasaus** en 1tl olijfolie. Snijd de **paksoi** in de lengte doormidden en wrijf in met 1tl olijfolie en een flinke snuf zout.

3. Groente roosteren

Haal de bakplaat uit de oven en leg de **knoflook** en **2 kleine aardappelstukjes** opzij voor later. Meng de **rest van de aardappels** met de **sesam** en schuif ze naar één kant van de plaat. Leg de **paddenstoelen** en **paksoi** ernaast en rooster het geheel nog 12-14min in de oven, tot de **groente** mooi bruin is.

4. Dressing maken

Druk de **knoflook** uit de schil en doe met de bewaarde **aardappel**, de **misopasta**, de **rest van de sojasaus**, 1tl honing, ½tl azijn en 4el water in een hoge (maat)beker en pureer glad met een staafmixer. **Tip:** voor een extra romige **dressing** kun je nog een stukje **aardappel** meepureren. Voeg evt. wat water toe als de **dressing** te dik is.

5. Vis bakken

Spoel de **vis** af met koud water, dep droog en verwijder evt. graten en schubben. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **vis** 3-4min op de huid. Kruid met een snuf zout, draai de **vis** voorzichtig om en bak nog 1-2min, tot de **vis** gaar is.

6. Afmaken en severen

Proef en breng de **dressing** op smaak met peper en zout en evt. meer honing. Verdeel de **sesamaardappels**, de **oesterzwammen** en **paksoi** over borden en leg de **vis** erbij. Druppel de **dressing** erover en serveer.