MARLEY SPOON

Cajun zalmtaco's

met ananas-salsa en limoen

ca. 20min 2 personen

Het hoeft echt helemaal niet zoveel tijd te kosten om iets speciaals op tafel te zetten. Neem bijvoorbeeld onze minitortilla's: met malse zalm en hartige cajunkruiden, een ananas-tomatensalsa en salade met een frisse limoendressing. Voeg nog een beetje koriander toe en er ligt een ware tortilladroom op je bord!

Wat je van ons krijgt

- 1 blik ananasstukjes
- 2 tomaten
- 1 onbehandelde limoen
- 1 teen knoflook
- 1 zakje cajunkruiden
- 2 MSC-zalmfilets met huid, ontdooid [2]
- 2 kroppen babyromanasla
- 8 minitortilla's met maïs [3]
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise [1]
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- magnetron
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- citruspers
- zeef

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

Kooktip
Heb je geen magnetron? Verhit dan een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en verwarm de tortilla's per stuk 15-20sec per kant.

Allergenen
Eieren (1), Vis (2), Gluten (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

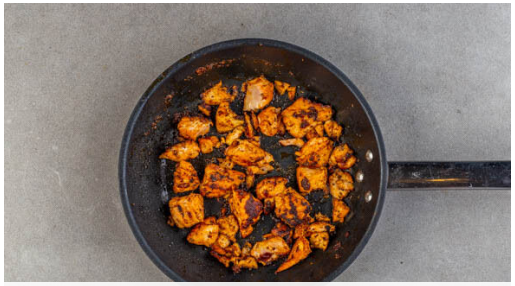
Voedingswaarde per portie
calorieën 891kcal, vet 42.4g, koolhydraten 89.3g, eiwit 39.4g

1. Salsa maken

Laat de **helft van de ananas** uitlekken in een zeef. Snijd de **tomaten** in blokjes. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Meng de **ananas** en de **tomaat** met de **helft van het limoensap**. Kruid met een snuf peper en zout en laat intrekken tot het serveren. Spoel de zeef af. (De rest van de ananas kun je voor een ander gerecht bewaren.)

2. Dressing maken

Pel de **knoflook** en rasp fijn. Meng de **knoflook** met 2el mayonaise, de **limoenrasp**, de **rest van het limoensap** en ca. de **helft van de kruidenmix**.



3. Vis bakken

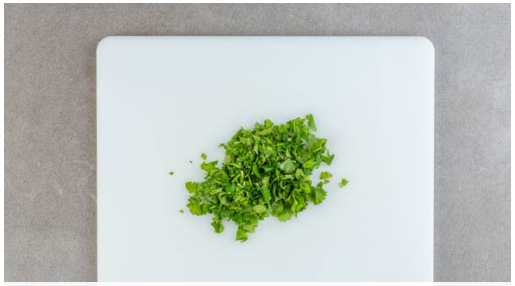
Spoel de **vis** af met koud water, dep droog en verwijder evt. graten en schubben. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met ½el olie. Leg de **vis** in de hete olie, druk lichtjes aan met een spatel en bak ca. 3min zonder roeren. Keer om en voeg de **rest van de kruidenmix** en een snuf zout toe. Druk weer aan, schep de **vis** in kleinere stukjes met de spatel en bak nog 2-3min.

4. Salade afmaken

Snijd de **sla** in dunne reepjes en meng met de **dressing**. Breng op smaak met peper en zout.

5. Tortilla's opwarmen

Stapel steeds **4 tortilla's** op elkaar en verwarm 25-30sec in de magnetron op 800W.



6. Koriander snijden

Snijd de **koriander** grof. Beleg de **tortilla's** naar wens met de **salade**, de **zalm** en de **ananas-salsa**. Bestrooi met de **koriander**en serveer de **tortilla's** met de **rest van de salade**.