



Zalm op de huid met zeekraal

op pasta met pittige cherrytomaten en dille



ca. 35min



2 personen

Zeekraal is een plant van de succulentenfamilie die in moerassen en op stranden groeit. Hij wordt ook wel zeeboon of zeeasperge genoemd en is heerlijk in een salade, roerbak, visgerecht of als garnering. Wij gebruiken deze lekker knapperige en zoutige groente vandaag in een pastagerecht met pittige cherrytomaten, zelfgemaakte dillepesto en erbovenop een knapperig gebakken stukje zalm.

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische tagliatelle ²
- 25g amandelschaafsel ⁴
- 1 onbehandelde citroen
- 70g verse kruidenmix: dille & zeekraal
- 200g babyspinazie
- 2 tenen knoflook
- 250g cherrytomaten
- 1 zakje chilivlokken
- 2 MSC-zalmfilets met huid, ontdooid ¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el boter ³
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- 2 middelgrote koekenpannen
- staafmixer met beker
- keukenrasp
- citruspers
- vergiet

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 1119kcal, vet 65.0g,
koolhydraten 88.2g, eiwit 44.5g



1. Amandel roosteren

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Verhit een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en bak het **amandelschaafsel** in 1-2min goudbruin. **Let op**, ze kunnen snel aanbranden. Doe ze dan in een hoge (maat)beker. De pan gebruiken we zo weer.



2. Pesto pureren

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Snijd de **dille incl. fijne steeltjes** grof. Voeg de **citroenrasp**, **1-2el citroensap**, de **helft van de dille**, 2el olijfolie en een snuf zout toe aan de **amandel** in de hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer tot een grove **pesto**.



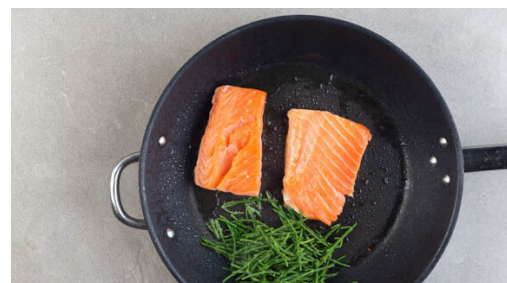
3. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Voeg in de laatste 30sec de **spinazie** toe en laat slinken. Giet af in een vergiet en laat uitlekken. Pel de **knoflook** en snijd of pers heel fijn.



4. Tomaten bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 2el boter en bak de **cherrytomaten** tot ze open barsten. Voeg de **knoflook**, de **rest van de dille**, een flinke snuf **chilivlokken** en een snuf peper en zout toe en bak nog ca. 1min op laag vuur. Neem de pan van het vuur.



5. Vis bakken

Spoel de **vis** af met koud water, dep droog en verwijder evt. aanwezige graten en schubben. Verhit een tweede middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bestrooi de **vis** met een flinke snuf zout en bak 3-4min op de huidkant. Voeg de **zeekraal** toe aan de pan, draai de **vis** voorzichtig om en bak in 1-2min gaar.



6. Pasta mengen

Voeg de **pasta** met de **spinazie** en de **helft van de pesto** toe aan de pan met de **tomaten** en meng goed. Verdeel de **pasta** over diepe borden, top met de **zeekraal** en de **rest van de pesto** en serveer de **vis** erbovenop.