



Tandoori-zalm met paksoi

en romige kokoslinzen



20-30min



2 personen

Zalm heeft best een uitgesproken smaak, maar toch kun je enorm variëren met deze vis. Dit keer steken we 'm in een Indiaas jasje, door de zalm in te wrijven met tandoorikruiden. Erbij gebakken paksoi en romige linzen, gestoofd in romige kokosmelk.

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 limoen
- 1 paksoi
- 1 blik groene linzen
- 1 pakje kokosmelk
- 2 zalmfilets, ontdooid ⁴
- 1 zakje tandoori masala
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- grote koekenpan
- zeef
- fijne keukenrasp

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

Allergenen

vis (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 756kcal, vet 53.1g, koolhydraten 31.6g, eiwit 37.5g



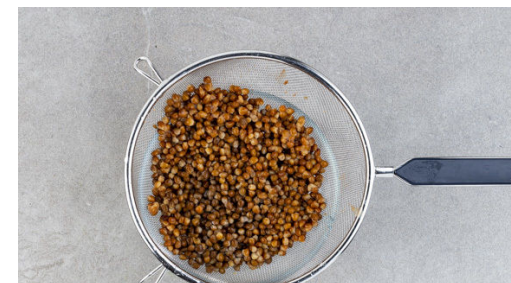
1. Ui snijden

Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn. Schil en rasp de **gember** fijn.



2. Paksoi snijden

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Snijd de **paksoi** in repen.



3. Linzen afgieten

Giet de **linzen** af in een zeef en spoel ze om met koud water.



4. Linzen stoven

Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **ui** in 1-2min glazig. Voeg de **knoflook** en **gember** toe en schenk **2/3e van de kokosmelk** erbij. Laat het geheel 2-3min sudderen. Voeg de **linzen** toe, kook 2-3min mee en breng alles op smaak met zout en peper. Voeg **meer kokosmelk** toe als je de stoof te droog vindt.



5. Zalm bakken

Spoel de **zalm** af, dep de **filets** droog en controleer ze op graten. Wrijf de **filets** in met de **tandoorikruiden** en een snuf zout. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **zalm** 2-3min op de huid, keer om en besprenkel met het **limoensap**. Bak nog 3-4min, tot de **zalm** gaar is.



6. Paksoi bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1-2el olijfolie. Roerbak de **paksoi** 1-2min en breng op smaak met **limoenrasp**, zout en peper. Hak de **koriander met steeltjes** fijn. Serveer de **zalm** met de **paksoi** en de **linzen** en bestrooi met de **koriander**.