

ZALM MET WITTE ASPERGES EN PEULTJES MET KERSTOMAATJES

Ingrediënten (2 pers.) :

1 stuk zalm (150 à 200 g/pers.)
200 g peultjes
200 g witte asperges
50 ml visfumet
50 ml witte wijn
10 kerstomaten

1 kleine ui
1 eetlepel olijfolie
1 takje dille
tijm en laurier
peper & zout

Bereiding:

Kuis de ajuin en snijd in kleine stukken.

Kook de witte asperges 7 minuten in gezouten, kokend water.
Kook de peultjes 5 minuten in gezouten, kokend water.
Spoel beide af onder koud water.

Kruid de zalm met peper en (grof) zout. Zet een pan op het vuur, voeg één eetlepel olijfolie toe en laat warmen. Leg de zalm in de pan (vel onderaan), voeg de ui toe, een blaadje laurier en wat tijm.
Draai na 2 minuten de zalm om en laat opnieuw 2 minuten bakken.
Laat de kerstomaatjes 1 minuut mee bakken.

Verwarm de oven voor op 180° C. Neem de zalm uit de pan en leg opzij samen met de asperge en de tomaatjes.
Blus de pan met 50 ml visfumet en 50 ml witte wijn. Laat alles goed loskoken. Zift het geheel en breng opnieuw aan de kook. (vanaf fase 2B: voeg wat light room toe.)
Laat alles uitkoken tot gewenste dikte.

Plaats de zalm, de asperges en tomaatjes nog 4 minuten in de voorverwarmde oven.

Serveer:

Schik de zalm, asperges en tomaatjes op het bord. Overgiet met de saus.
Werk af met wat dille.

