

ZALM MET GEPOFTE AARDAPPEL EN OVENGROENTEN

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

4 zalmfilets

4 grote aardappelen

200 g kerstomaten

1 grote courgette

2 paprika's

4 eetlepels zure room (vetgehalte 15%)

1 eetlepel honing

2 eetlepels graanmosterd

bieslook

peterselie

dille

4 eetlepels olijfolie

peper

BEREIDINGSWIJZE

Spoel en was de aardappelen grondig met schil, kook ze ongeveer 10 minuten. Wikkel de aardappelen in aluminiumfolie en giet er een kleine hoeveelheid olijfolie over. Spoel de kerstomaten en snij ze doormidden. Was de courgette en de paprika's en snij de courgette en de paprika's in blokjes.

Neem 2 ovenschalen en leg in 1 ovenschaal de aardappelen. Strijk de andere ovenschaal in met een kleine hoeveelheid olijfolie. Leg onderaan de groenten en daarbovenop de zalmfilets, kruid deze af met bieslook, peterselie en peper. Plaats dit alles in de voorverwarmde oven gedurende 20 à 30 minuten.

Meng de zure room met de honing, graanmosterd en dille en serveer.

Smakelijk!

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

551 Kcal

SMAKELIJK!