

Recept-Idee

Wilde zalm met grapefruitvinaigrette en venkelzaad

(voorgerecht voor 4 personen)

Bereidingstijd : 30 minuten

Wachten: 24 uur

Ingrediënten:

1 grapefruit
300 gram kruimige aardappels
250 gram wilde zalmfilet
sap van ½ limoen
1 theelepel venkelzaad
75 ml melk
1 eetlepel boter
(vers)geraspte nootmuskaat
4-5 eetlepels olijfolie
1 takje dille, als garnering
extra nodig: cederhouten grillplankje



Foto-ID: 00361988

Bereidingswijze:

Leg de houten plank 1 uur in koud water. Schil de grapefruit dik, zodat al het wit eraf is. Snijd de partjes tussen de vliezen uit, vang 3 eetlepels vrijkomend sap op.

Schil de aardappels en kook ze in gezouten water in 15-20 minuten gaar. Giet af en stamp de aardappels tot puree. Voeg de melk en boter toe en roer tot een smeuge puree. Breng op smaak met zout, peper en een beetje nootmuskaat. Houd de puree warm.

Besprenkel de zalmfilet met wat limoensap, bestrooi met zout, versgemalen peper en het venkelzaad. Verhit de ovengrill en leg de plank er 4-5 minuten onder, tot het hout begint te roken. Leg de zalmfilet erop en grill de vis in 10-15 minuten bijna gaar – de kern mag nog wat glazig zien.

Klop een dressing van het opgevangen grapefruitsap met de olijfolie, zout en peper. Schep de aardappelpuree op warme borden. Snijd de vis in vierkantjes en leg ze op de puree. Druppel er wat grapefruitvinaigrette over. Garneer met partjes grapefruit en wat dille.

Weetjes & tips: Grillpan

De zalm kan ook uitstekend geroosterd worden op een gloeiende hete grillpan, of in een koekenpan met antiaanbaklaag. Wrijf de vis dan wel licht in met olijfolie, tegen het vastplakken. Draai de vis tussentijds niet om, nu mag de bovenkant van het visvlees iets doorzichtig blijven. Voor deze manier van grillen is zalmfilet met huid ideaal.



Contact our Service Team. We are happy to create a free custom quotation for your project.
Tel. 023 62 00 455 | info@stockfood.nl