



PRALEUCINE®



ZALM MET BROCCOLI EN LINZEN

ZALM

- 500 g zalmfilet zonder huid
- Snijd dunne plakken van de zalm en marineer met olijfolie, zout en peper.
- Mosterd-kurkuma saus
- 1 kleine sjalot
- ½ el gladde mosterd
- 2 dl witte wijn
- 3 el kurkuma
- 1 ½ dl room
- ½ el crème fraîche
- Sap van ½ limoen
- 30 g roomboter

Snipper de sjalot fijn en fruit deze aan met de boter in de pan, voeg vervolgens de kurkuma toe en fruit even mee. Blus af met witte wijn en laat inkoken tot 1/3 van het geheel, voeg de room en het sap van de limoen toe en laat 10 minuten rustig doorkoken. Breng op smaak met peper en zout en voeg als laatste de crème fraîche toe.

LINZEN

- 200 gram gewassen linzen(rauw)
- ½ prei
- ½ wortel
- ½ paprika
- ¼ knolselderij
- 50 g gerookt spek in reepjes
- 1 eetlepel roomkaas

Was de linzen in stromend koud water, kook hierna de linzen in +/- 30 min gaar in water met zout. Snijd hierna de knolselderij, wortel, paprika en prei in kleine brunoise (blokjes van 2 bij 2 mm), blancheer 15 seconden in water met zout. Bak hierna de reepjes gerookt spek in een bakpan half uit. Voeg de geblancheerde groenten toe en bak even mee, meng hierna met de gekookte linzen en roomkaas tot je een smeelige massa hebt. Breng op smaak met zout en peper.



PRALEUCINE®

ACETO BALSAMICO DRESSING

- 5 el aceto balsamico
- 7 el olijfolie
- Grof zeezout (naar smaak)
- Peper (naar smaak)

Meng alle ingrediënten en verdeel over de geblancheerde broccoli.

BROCCOLI UIT DE OVEN

- 1 grote broccoli

Maak van 1 broccoli kleine roosjes en blancheer deze 4 minuten in kokend water met zout en spoel ze dan koud. Marineer de geblancheerde broccoli-roosjes met de aceto balsamico dressing. Verwarm de oven voor op 190 graden Celsius en bak de broccoli nog 8 minuten in de oven.

ROOMKAAS

- 200 g roomkaas (monchou)
- 1 limoen

Pluk 20 kleine stukjes roomkaas en breng deze op smaak met rasp van ½ limoen.

AFMAKEN EN OPDIENEN

Schep de romige linzen in een steekring en stamp aan met een cocktailstamper. Leg hier de zalm mooi luchtige boven op en brandt enkele seconden met een gasbrander af. Verdeel de broccoli en roomkaas in een cirkel rond het zalmtaartje. Haal de steekring van de linzen en de zalm af en dresseer de mosterd-kurkuma saus speels over het gerecht, werk het gerecht af met enkele takjes verse platte peterselie.

BON APPETIT!



DE KROMME DISSEL

BY FLETCHER