



1A+1B

Fish

Salade van zalm en gekleurde tomaatjes



Bereidingstijd
15 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Breng de zalmfilet op smaak met de gedroogde kruiden. Verhit de roomboter in een koekenpan en bak de zalm tot de gewenste gaarheid. Halveer de cherrytomaatjes en snijd de rode ui in halve ringen. Verdeel de gemengde sla, cherrytomaatjes en rode ui over een bord. Trek vervolgens de zalm uit elkaar en verdeel over de salade. Besprenkel met de olijfolie en breng op smaak met peper en zout.

Ingrediënten

- ☐ 150-200 g zalmfilet
- ☐ 80 g gekleurde cherrytomaatjes
- ☐ 20 g gemengde sla
- ☐ ¼ rode ui
- ☐ 1 el ongezouten roomboter
- ☐ ½ el extra vierge olijfolie
- ☐ Snufje knoflookpoeder
- ☐ Snufje gemberpoeder
- ☐ Snufje chilivlokken
- ☐ Peper
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	424 kcal
Koolhydraten	5 g
Vet	30 g
Vezels	2 g
Eiwit	31 g