



2B

Fish

Zalm met spinazie en citroen



Bereidingstijd
15 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Hak de knoflook en gember fijn. Breng de zalm op smaak met de helft van de sojasaus, peper en zout. Verhit een halve eetlepel olijfolie in een pan en bak de zalm tot de gewenste gaarheid is bereikt. Verhit ondertussen in een andere pan de overige olijfolie en fruit de knoflook en gember. Voeg de spinazie toe en roerbak totdat deze geslonken is. Giet het citroensap en de overige sojasaus erbij, bestrooi met de sesamzaadjes en breng op smaak met peper en zout. Schep de spinazie op een bord en verdeel de zalm hier overheen. Garneer met een schijfje citroen.

Ingrediënten

- ☐ 150-200 g zalm
- ☐ 250 g spinazie
- ☐ 1 schijfje citroen
- ☐ 1 tl citroensap
- ☐ 1 tl sesamzaadjes
- ☐ 1 el Kikkoman sojasaus
- ☐ 1 cm gember
- ☐ 1 teentje knoflook
- ☐ 1 el olijfolie
- ☐ Peper
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	478 kcal
Koolhydraten	5 g
Vet	30 g
Vezels	5 g
Eiwit	40 g