

ZALM MISO

OP EEN BEDJE VAN COURGETTE PASTA

INGREDIËNTEN

- Zalmfilet 150 gr
- 200 gr. Courgette Spaghetti (Zelf maken of kant & klaar kopen)
- 1 Theelepel Miso pasta
- 1 Theelepel Sojasaus
- 1 Theelepel limoensap
- 1 Theelepel Sambal
- 1 Teentje knoflook

VARIATIE TIP

"ALS VARIATIE KUN JE OOK BLOEM-KOOLRIJST NEMEN".

BEREIDINGSWIJZE

- o Verwarm de oven voor op 220 graden
- o Neem een bakje en voeg daar de miso, soja, limoen, sambal en uitgeperste teentje knoflook aan toe en meng dit goed door elkaar.
- o Leg vervolgens de zalmfilet hierin en schep het mengsel er goed overheen, laat de zalm hier ongeveer 10 minuutjes in marinieren.
- o Als de oven op temperatuur is en de 10 minuutjes marinade tijd zijn voorbij, dan gaat de zalm de oven in voor een minuut of 7. Hou je liever van een iets meer door gegaard visje dan kan je de zalm natuurlijk langer in de oven laten tot een minuut 10/12.
- o Wok ondertussen de courgette spaghetti gaar en leg dit op een gezellig bord of schaalpje.
- o Leg hier vervolgens de zalm op en verdeel de overgebleven pasta over het geheel en eet smakelijk.