



WILDE ALASKAANSE ZALM MET TOPPING VAN ZONGEDROOGDE TOMATEN, PARMEZAANSE KAAS EN BASILICUM

4 personen

Een paar druppels olijfolie
4 x 125 -150 g diepvries wilde Alaskaanse
zalmfilets
100 g zongedroogde tomaten in olijfolie,
grof gehakt
6 eetlepels fijngeraspte parmezaanse kaas

150 g zachte kaas
Ongeveer 12 basilicumblaadjes
Zout en vers gemalen zwarte peper
400 g asperges of broccoli
Groene salade, bij het serveren

De oven voorverwarmen op 190 °C, heteluchtoven 170 °C, gasoven stand 5. Een grote bakplaat insmeren met een beetje olijfolie

De zalmfilets op de bakplaat verdelen en op smaak brengen met een beetje zout en peper

Meng de zongedroogde tomaten, parmezaanse kaas en de zachte kaas. Ongeveer de helft van de basilicumblaadjes in het mengsel versnipperen en doorroeren. Het mengsel verspreiden over de bovenkant van de zalmfilets. Nog een beetje olijfolie erover gieten, dan losjes afdekken met aluminiumfolie

Bakken in de oven gedurende 20 tot 25 minuten, gedurende de laatste 5 minuten de folie verwijderen. Controleren of de vis gaar is – het vlees moet ondoorzichtig zijn en gemakkelijk uiteenvallen

Een paar minuten voordat de vis klaar is, de asperges of broccoli koken in water met een beetje zout gedurende 4 of 5 minuten. Serveren met de vis, begeleid door een groene salade. Garneren met de resterende basilicumblaadjes

Tip van de kok: Als de zalmfilets ontdooid zijn, is de baktijd minder – ongeveer 15 minuten is dan goed.