



Hoofdgerechten

Zalm met parmezaankorst en spinazie

Voor 4 personen.

Ingrediënten

600 gram zalm (filets)
1 ui (gesnipperd)
500 gram spinazie
100 gram zongedroogde tomaten
2 eetlepels paneermeel
1 lookteentje (geperst)
150 milliliters sojaroom
2 eetlepels peterselie (gehakt)
40 gram parmezaanse kaas (gerapst)
nootmuskaat
olijfolie
peper
zout

Bereidingswijze

Verhit een scheutje olijfolie in een pan en fruit de ui glazig. Voeg de spinazie in delen toe en laat slinken. Knijp al het vocht eruit en kruid met nootmuskaat, peper en zout. Schep er de zongedroogde tomaten onder.

Verwarm de oven voor op 180°C. Meng de knoflook, parmezaan en de peterselie onder het paneermeel. Giet er 1 el olijfolie bij en kruid met peper en zout.

Schep de spinazie in een ovenschaal en giet er de room over. Dep de zalmfilets droog, kruid met peper en zout en leg ze op de spinazie. Verdeel het paneermeel over de zalm en druk lichtjes aan. Zet de schotel 25 minuten in de oven.

Keukenbenodigdheden

Oven

