

Limoenzalm op sinaasappel- en komkommersalade

totale tijd **60 min.** 30 min. voorbereidingstijd 30 min. marineertijd

Voedingswaarde (per portie):

2254 kJ / 538 kcal

INGREDIËNTE

N

4 porties

4 zalmfilets (elk ca. 150 g)

6 eetlepels Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Tamari
Glutenvrije Sojasaus

1 stengel citroengras
sap van 1 limoen

1 theelepel plantaardige olie

Voor de salade:

2 sinaasappels

1 komkommer

1 bos(je) waterkers

4 eetlepels plantaardige olie

2 eetlepels rijstazijn

2 eetlepels Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Tamari
Glutenvrije Sojasaus
vers gemalen peper
Suiker

VOORBEREIDING

Stap 1

Meng de Tamari glutenvrije sojasaus met de iets fijngedrukte stengel citroengras, limoensap en olie. Was en droog de zalmfilets, bestrijk de zalm met de marinade en zet dit afgedekt ca. 30 minuten koud weg.

Stap 2

Schil en fileer voor de salade de sinaasappels (vruchtvlees tussen de vliesjes eruit snijden). Schil de komkommer over de lengte met een aspergeschiller en snijd vervolgens in lange repen. Was de waterkers en trek de blaadjes eraf. Meng de olie, azijn en sojasaus en breng dit op smaak met peper en suiker.

Stap 3

Braad de zalmfilets in een pan met antiaanbaklaag aan en draai af en toe om. Voeg de resterende marinade toe en laat het ca. 5 - 10 minuten braden. Rangschik de sla op de borden, besprenkel de dressing hierover en leg de zalm hier bovenop en serveer uit.