

Gepocheerde zalm

met spitskool, mosterdvinaigrette en kruidenkorst

Menugang

Nagerecht

Aantal personen

4 personen

Bereidingstijd

30 minuten

Benodigdheden

Stoomoven

Ingrediënten zalm

- 200 gram zalmfilet zonder vel (50 gram per persoon)
- 1 eetlepel gemengde groene kruiden (bv peterselie, rozemarijn, oregano)
- 1 teen knoflook
- 2 ansjovisfilets
- 3 eetlepel broodkruim of panko
- 1 eetlepel geraspte Parmezaanse kaas
- 2 eetlepel olijfolie

Ingrediënten mosterdvinaigrette

- ½ eetlepel witte wijnazijn
- 1 eetlepel mosterd de Dijon
- 1 eetlepel mayonaise
- ½ theelepel zout
- 1 theelepel water
- 75 ml plantaardige olie

Ingrediënten spitskool

- 300 gram spitskool
- ½ eetlepel kappertjes
- 1 eetlepel olijfolie

Bereidingswijze

Zalm en spitskool

1. Verwarm de stoomoven voor op stomen 70°C
2. Controleer de zalm op graatjes en snij de zalm in 4 gelijke stukken
3. Leg de zalm op de gaatjes stoomslede
4. Snij de spitskool in fijne slierten en leg deze ook op de gaatjes stoomslede (zorg dat de kool en de zalm elkaar niet raken)
5. Doe de slede met zalm en kool 3 minuten in de oven (pocheren), de zalm moet nog een beetje glazig zijn als deze eruit komt
6. Maak de kool aan met de kappertjes en de olijfolie, meteen als deze uit de oven komt.
7. Maak op smaak met peper en zout

Mosterdvinaigrette

1. Doe voor de vinaigrette de azijn, mosterd, zout en mayonaise en een theelepel water in een grote kom
2. Meng grondig met een garde
3. Voeg nu druppelsgewijs de olie toe, blijf het mengsel met de garde stevig kloppen. Begin eerst met een paar druppels, later kan dit een dun straaltje worden. Het gemakkelijkst is om dit met z'n tweeën te doen
4. Zorg ervoor dat alle olie is opgenomen door het mengsel voordat er weer nieuwe olie wordt toegevoegd. Het resultaat hoort een fluwelig homogeen mengsel te zijn.

Gepocheerde zalm

met spitskool, mosterdvinaigrette en kruidenkorst

Kruidenkorst

1. Hak voor de kruidenkorst de kruiden, knoflook en ansjovis fijn
2. Doe dit met alle overige ingrediënten in een kom en meng grondig
3. Zet de oven aan op grill groot op stand 3
4. Verdeel het mengsel over de zalmfilets
5. Leg de zalmfilets op een met bakpapier beklede bakplaat en plaats deze onder de grill tot de korst mooi goudbruin is

Opmaken en serveren

1. Verdeel de kool in het midden van de warme borden ¹
2. Besprenkel er wat vinaigrette over en omheen
3. Leg ze zalm op de kool
4. Serveer direct

TIPS

¹ Drie manieren om borden te verwarmen:

- In de warmhoudlade: 10 minuten op stand 4
- In de oven: 10 minuten op de stand 'vorm voorverwarmen' of op de stand 'hete lucht' 60°C of in de restwarmte van de oven vlak na gebruik
- In de magnetron: De borden nat maken, 1 minuut op ca 900 watt.