

ZALM POT-AU-FEU

NOV 2023

Benodigdheden : voor **6** personen

800	gr	Verse zalm
4	st	Uien
2	teentjes	Look
3	st	Wortelen
6	st	Raapjes
3	takjes	Citroenmelisse (of een paar druppels cintoensap)
1	st	Citroen zonder waslaag (of goed gewassen)
3	el	Olijfolie
1		Bouquet garni (kruidentuiltje)

Bereidingstijd: 20 minuten 30 + 20 minuten koken

Werkwijze :

Controleer 800 gram verse zalm op graten en verwijder ze, als er nog in zitten.

Snij hem dan in hapklare blokken.

Pel en snipper 4 uien en 2 teentjes look.

Schil 3 wortelen en snijd ze in de lengte doormidden. En als het dikke zijn in vier.

Schil 6 raapjes en snijd ze in blokjes.

Pluk de blaadjes van 3 takjes citroenmelisse – of zorg straks voor een paar druppels citroen.

Rasp de schil van 1 goed geborstelde en gewassen citroen.

Neem een pot en doe er 3 el olijfolie in.

Bak hierin de ui en de look zachtjes in 10 minuten goudbruin.

Doe er 1 liter water, de citroenmelisseblaadjes of een paar druppels citroensap, de citroenrasp en een kruidentuiltje bij. (kruidentuiltje; laurier, tijm, evt peterseliestngels)

Laat dit 30 minuten zachtjes trekken. Zeef de bouillon.

Zet terug op het vuur en doe er de wortelen en de raapjes bij.

Laat nog 15 minuten sudderen. Breng op smaak met peper en zout.

Leg er dan de zalmblokken bij. Laat nog max 1 minuutje sudderen

Dien direct op.

Zalm is het lekkerst als hij niet volledig doorgaart is.

Voor het opdienen kan je nog even controleren.

Geef er brood of een paar gekookte aardappeltjes bij.

Smakelijk eten.

=====