

# VISSPECIALITEITEN

## MARCO en BRIGITTE VAN VEEN

### Gegrilde zalm met sesamzaad

#### Hoofdgerecht

#### Ingrediënten:

4 zalmfilets van 125 gram  
2 eetlepels sesamzaad  
1 sinaasappel  
1 gedroogd chilipepertje  
3 eetlepels Japanse sojasaus  
2 eetlepels sesamolie  
2 eetlepels (zonnebloem)olie

#### Vervangende vissoorten:

Meerval en regenboogforel zijn goede vervangers van zalm.

#### Bereiding:

Rooster het sesamzaad in een kleine droge koekenpan mooi goudbruin, laat het op een bordje afkoelen. Boen de sinaasappel schoon en rasp er 1 à 2 eetlepels oranje schil af. Verkrummel het pepertje. Roer in een kommetje de sojasaus met het pepertje, de sinaasappelrasp en de sesamolie tot een sausje. Laat een grillpan goed heet worden. Bestrijk de zalmfilets dun met olie en rooster ze in de grillpan in 4-6 minuten mooi bruin, ze mogen van binnen rosé zijn. Keer de filets pas als ze vanzelf van de ribbels loslaten voorzichtig met een spatel. Leg de zalmfilets op warme borden en druppel het sojasausje erover. Strooi daarna het sesamzaad erover. Lekker met pandanrijst en een salade van peultjes.

Bereidingstijd: ca. 25 minuten

4 personen

485 kcal / 2035 kJ

