

Ingrediënten, Recept, Fotos

© Martine Lycke

Vorbereidingen : Snijden

4 tal worteltjes in blokjes
1 grote lenteui
250 g Parijse champignons

Vis ontdoeien

Vis fond opwarmen en wat laten inkoken

Aanstoven:

- Look (vriezer)
- Worteltjes
- Helft van de pijpajuin
- Champignons
- Gerookte baconreepjes (Lidl)

Zalm per minuten pocheren,
Eruit halen en apart houden

Ondertussen aardappelen schillen

Aan fond toevoegen:

- Tijm
- Goede scheut witte wijn
- 100 ml room

Laten inkoken en daarna in een glazen kom gieten, de pot hierna verder gebruiken



Het groentemengsel en de zalm in een ovenvaste schotel doen



Een beurre manié maken in pannetje van fond

- 1 el boter
- 1 el vloeibare bloem

Goed laten bakken



Fond er terug bijgieten en bijkruiden met

- Knoflook
- Peterselie
- Peper
- Zout

Nog wat laten inkoken



Saus over de vis gieten en eventueel nog wat room erboven

Schotel in oven : 180°C 30 tal minuten

Ondertussen ook de aardappelen koken.
Deze afwerken met de overgebleven pijpajuin

