

Ingrediënten en Recept

Handvol Ontdooien en droogdeppen van zeevruchten:
mossel, roze garnaal, inktvis (Colruyt)

Enkele Aanbakken in olijfolie
Met een zilveruitje (ook uit diepvries – Colruyt)
= 1^{ste} Laag



Aanbakken in olijfolie:

3 Teentjes look

1 busse Groene asperges

1 kl Kurkuma voor de kleur
Op het einde

2 el Pijnboompitten toevoegen en laten meebakken
= 2^{de} laag



2 Stukken zalm ontdooien en inwrijven met
Citraensap
Paprikapoeder
Mosterd



Voor de saus:
Ingevroren en gezeefd mosselsap – je kan ook
visfond gebruiken
Aanlengen met wat light room
En een beetje snelle maïzena
= 3^{de} laag



Oven : 180°C – 20 minuten
Op einde wat Parmezaan en gemalen cashewnoten

Bron

Martine Lycke

12/05/2016

Fotos

