



Zalm-pastaschotel uit de oven

Romige ovenschotel met penne, stukjes verse zalm, spinazie en een goudbruine kaaskorst. Een vullend en smaakvol visgerecht dat snel klaar is en bij jong en oud in de smaak valt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	25'	4	Ovenschotel

Ingrediënten

- 300 gr penne
- 400 gr zalmfilet zonder vel
- 200 gr verse spinazie
- 250 ml kookroom
- 100 ml visfumet of water
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 150 gr geraspte kaas (bv. Emmentaler of Gruyère)
- 1 eetlepel olijfolie

sap van een halve citroen
peper en zout
een handvol verse dille

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200 graden Celsius en vet een ruime ovenschaal licht in met olijfolie.
2. Kook de penne in ruim gezouten water 2 minuten korter dan de verpakking aangeeft. Giet af en zet opzij.
3. Snijd de zalmfilet in blokjes van ongeveer 3 cm. Kruid ze met peper, zout en het citroensap en zet opzij.
4. Snijder de ui fijn en pers de knoflook. Verhit de olijfolie in een ruime pan op middelhoog vuur en fruit de ui en knoflook glazig, ongeveer 3 minuten.
5. Voeg de verse spinazie toe en roer tot die volledig geslonken is, ongeveer 2 minuten.
6. Giet de kookroom en de visfumet erbij. Breng zachtjes aan de kook en laat 2 minuten sudderen. Kruid de saus bij met peper en zout.
7. Haal de pan van het vuur. Meng de afgegoten penne en de zalmblokjes door de saus. Voeg de fijngesneden dille toe en roer voorzichtig.
8. Schep het mengsel in de voorbereide ovenschaal en verdeel de geraspte kaas gelijkmatig over de bovenkant.
9. Bak de schotel 20 tot 25 minuten in de voorverwarmde oven tot de kaas gesmolten en goudbruin is en de zalm net gaar.
10. Laat de schotel 5 minuten rusten voor het opdienen. Werk af met wat extra verse dille.

Tip

Voeg de zalmblokjes rauw toe aan de saus voor het bakken. Zalm gaart snel in de oven en blijft zo sappig en mals. Voorgekookte zalm droogt te snel uit.

Lekker met

Een frisse groene salade met een lichte vinaigrette past perfect bij deze romige ovenschotel.

Dranktip

Schenk er een droge witte wijn bij, zoals een Chardonnay of een Pinot Gris uit de Elzas.

Ontdek meer recepten op kookpot.be