



ZALMROLLETJES MET KRIELTJES EN ZOETE UI SALADE

INGREDIENTEN

- 250 gram krieltjes
- 3 bosuien
- 15 gram dille
- 1 eetlepel mosterd
- 150 ml soja yoghurt
- 350 gram groene asperges
- 6 kwarteleitjes
- 1 zoete ui
- 100 gram gerookte zalmfilet
- 12 gram kappertjes

UITLEG

Snijd de krieltjes in vieren. Kook ze in een pan water in 10 minuten gaar.

Snijd de bosui in dunne ringetjes en de dille grof. Meng de bosui, dille en 1 eetlepel mosterd door de yoghurt.

Verwijder de houtachtige onderkant van de asperges. Kook de asperges samen met de kwarteleitjes in ca. 3 minuten gaar.

Giet af, laat de asperges uitlekken en afkoelen. Laat de kwarteleitjes schrikken onder koud stromend water.

Halveer de zoete ui in de lengte en snijd in dunne plakken.

Wikkel een plak gerookte zalm om 2 à 3 asperges tegelijk.

Giet de krieltjes af. Pel de kwarteleitjes en halveer ze.

Meng de krieltjes met de zoete ui en de yoghurtdressing.

Leg de kwarteleitjes op de salade en strooi de kappertjes erover.

HOOFDGERECHT

2 PERSONEN

TIJD: 30 MINUTEN

ZIE MEER OP: