



Maaike Ursem | Gewichtsconsulente

## RUCOLAPASTA MET ZALM (2 PERSONEN)

### Ingrediënten:

- 225 gram diepvriesdoperwten
- 150 gram koelverse tagliatelle
- 1 zalmfilet (ongeveer 200 gram)
- 4 eetl. fijngesneden dille
- 3 eetl. olijfolie
- 1 gesnipperd uitje
- 1 bekertje demi crème fraîche
- 50 gram rucola

Zet de doperwten op in ruim water, doe na 5 minuten koken de pasta erbij en kook tot het samen gaar is, volgens de aanwijzingen op de verpakking van de pasta. Kruid de zalmfilet met zout, versgemalen peper, en 2 eetl. dille. Verhit 2 eetl. olijfolie in een pan en bak hierin de zalm in ongeveer 10 minuten zachtjes gaar en een beetje bruin. Fruit in een klein pannetje het gesnipperde uitje in 1 eetl. olijfolie. Schep ½ dl. kookvocht bij de pasta weg en meng dit met de demi crème fraîche en breng zachtjes aan de kook. Stort de pasta in een vergiet en laat goed uitlekken. Schep in een (warme) schaal om met de roomsaus, de rest van de dille en de rucola. Leg als garnering de mooi gebakken zalmfilet erop.

Eet smakelijk!