

## Gegrilde zalm met kruidige linzen en salsa verde

### Ingrediënten (4 personen)

- Zalmfilets, per persoon 1 moot of stuk filet met vel

### Voor de salsa verde

- 1 teen knoflook
- 2 eetlepels kappertjes
- 1 theelepel dionmosterd
- 3 takjes basilicum
- 3 takjes munt
- 3 takjes peterselie (alleen de blaadjes)
- Sap van een ½ citroen
- 1 eetlepel rode wijn azijn
- 3 eetlepels olijfolie
- Zout en versgemalen peper

### Voor de kruidige linzen

- 200 gram puy linzen
- 4 salieblaadjes
- De steeltje van 3 takjes peterselie
- 1 stengel bleekselderij
- Zout en versgemalen peper
- 4 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel rode wijn azijn
- Schil en sap van 1 citroen
- 2 takjes dille
- 3 takjes platte peterselie
- 3 takjes basilicum

### Bereiding

Maak eerst de linzen. Doe ze in een pan, overgiet ze met koud water en breng ze op halfhoog vuur aan de kook/ Voeg de salieblaadjes, peterseliesteeltjes en bleekselderij toe. Laat de linzen zachtjes beetgaar koken, neem ze van het vuur en giet ze af, vang een deel van het kookvocht op. Gooi de kruiden en de bleekselderij weg.

Breng de nog hete linzen op smaak met peper en zout, olie, azijn, citroensap en –schil, omdat ze de smaken nu volledig zullen opnemen. Meng als de linzen koud zijn de fijngesneden kruiden erdoor.

Doe voor de salsa verde de knoflook en kappertjes in een foodprocessor en pureer alles fijn. Voeg de mosterd en alle kruiden toe en maal alles tot een gladde, groene puree. Roer het citroensap en de rode wijnazijn erdoor, gevolgd door de olijfolie. Proef en voeg eventueel nog zout, peper en citroensap toe.

Zet een lichtingevette gietijzeren grillpan op halfhoog tot hoog vuur. Bestrooi de zalm met zout en peper en leg de stukken op de velkant in de grillpan. Gril de zalm 4 minuten tot het vel knapperig is. Keer de stukken voorzichtig om en grill ze nog 2 minuten aan de andere kant. Het is de bedoeling dat de zalm van binnen nog lichtroze blijft; hij zal door de hitte doorgaren nadat hij uit de pan is gehaald.

Dien de gegrilde zalm op met de kruidige linzen en de salsa verder en geef er naar smaak nog andere groente of een pittige bladsla bij. De volle smaak van de zalm wordt volmaakt door een frisse witte wijn met een goede fruit-zuurbalans, b.v. een Soave.

**Wijnadvies: Soave Classico Pra, Wijnkoperij Henri Bloem Amersfoort**