Hoofdgerechten / Verenigde Staten

Miso-boterzalm met geroosterde sperziebonen

Zalmfilets beschilderd met een zoutzoete misoboter, geroosterd in dezelfde pan als de blaren van sperziebonen, en de boter die van de vis smelt, vormt een hartig glazuur dat je aan het eind over de bonen schept.

Tijd 30 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 600 g Zalmfilets, met vel, ongeveer 150 g per stuk
- ☐ 450 g Sperziebonen, schoongemaakt
- ☐ 15 ml Neutrale olie
- ☐ 0 naar smaak Kosjer zout
- ☐ 45 g Witte (shiro)miso
- ☐ 40 g Ongezouten boter, zacht
- ☐ 2 theelepel honing
- ☐ 1 teentje knoflook, fijn geraspt
- ☐ 2 theelepel Rijstazijn, ongekruid
- ☐ 2 stengels lente-uitjes, in dunne plakjes gesneden
- ☐ 1 theelepel geroosterde sesamzaadjes

Zo maak je het.

01 Verwarm de oven tot 220°C (425°F) met een rooster in de bovenste middenpositie. Pureer in een kleine kom de miso, zachte boter, honing en geraspte knoflook met een vork tot ze volledig glad en uniform zijn.

02 Meng de sperziebonen met de olie en 1/2 theelepel koosjer zout op een omrande bakvorm en verdeel ze. Rooster ze 8 minuten om ze een voorsprong te geven.

03 Dep de zalm droog. Duw de bonen naar de randen van de pan en leg de filets met de velkant naar beneden in het midden. Verdeel de misoboter dik over de bovenkant en zijkanten van de filets. Rooster 9–12 minuten, afhankelijk van de dikte, tot de zalm gemakkelijk schilfert en in het midden ondoorzichtig is of in het dikste gedeelte 63°C aangeeft. Als de bovenkant bleek is, schakel dan de laatste 1 à 2 minuten over naar de grill en blijf constant kijken – miso verbrandt snel.

04 Druppel de rijstazijn over de sperziebonen en doe ze in de gesmolten misoboter in de pan. Leg de zalm op een bord met de bonen, schep het resterende pan-sap erover en bestrooi met lente-uitjes en sesamzaadjes. Serveer eventueel met gestoomde rijst.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / miso-butter-salmon-green-beans