



TORTELLINI CON ZUCCHINE E SALMONE

(Tortellini met Courgette en Zalm)

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Italië

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 30 minuten

Ingrediënten:

- **400 gram tortellini**
- **8 el olijfolie extra vergine**
- **2 tenen knoflook, fijngesnipperd**
- **1 ui, fijngesnipperd**
- **1 courgette, in reepjes gesneden**
- **300 ml kookroom**
- **250 ml visbouillon van goede kwaliteit**
- **100 ml droge witte wijn**
- **1 laurierblaadje**
- **2 takjes tijm**
- **1 tl gedroogde oregano**
- **4 moten zalmfilet met vel a 200 gram**
- **gemalen zeezout**
- **versgemalen zwarte peper**
- **½ tl cayenne peper, naar smaak**

Bereiding:

- Breng alvast in een ruime pan 4 liter licht gezouten water aan de kook. Dit gebruiken we straks voor de tortellini.
- Verhit in een ruime koekenpan op middelhoog vuur 4 eetlepels olijfolie.
- Voeg de ui toe en fruit deze in 3 minuten zacht en glazig.
- Voeg de courgettereepjes toe aan de pan en bak deze tot dat ze beginnen te kleuren en zacht zijn.
- Doe de knoflook, laurier en takjes tijm er bij en fruit deze 1 minuut mee.
- Giet de wijn in de pan en breng deze aan de kook.
- Laat koken tot deze bijna verdampt is en giet dan de bouillon in de pan.
- Laat deze tot de helft inkoken en giet dan de room er bij.
- Laat het geheel zachtjes pruttelen.
- Breng indien nodig op smaak met wat peper en zout.
- Stort de tortellini in de pan met kokend water en kook deze volgens de instructies op de verpakking gaar.
- Verhit in een andere koekenpan de resterende 4 eetlepels olijfolie.
- Bestrooi de onder- en bovenzijde van de zalmfilet met peper, zout en wat cayennepeper.
- Bak de vis op hoog vuur 2 - 3 minuten op de velzijde tot het vel krokant is en vlees tot 3 mm naar binnen gegaard is.
- Verlaag het vuur naar middelmatig en draai de filets voorzichtig om.
- Bak ze naar smaak nog 1 a 2 minuten tot de gewenste gaarheid. Pas op, bak niet te lang door, want volledig gare zalm is droog en niet lekker.
- Giet de tortellini af en vang daarbij 1 kopje kookvocht op.
- Meng de gare tortellini door de roomsaus en voeg eventueel nog wat kookvocht toe om de juiste consistentie te krijgen.
- Schep de tortellini met roomsaus over op 4 voorverwarmde borden en leg er op elk bord een moot zalmfilet op.

Buon appetito!

17-10-2025