



Frisse lente gazpacho met asperges en zalm

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Saus voor Asperges
- 600 g Witte asperges
- 3 Plakken Brood
- 1 Stuk Citroenen, rauw, zonder schil
- 12 Blaadjes Verse Munt
- 700 ml Water
- 350 g Vis, zalm, kinook, gerookt

Instructie

1. Volg de complete algemene bereidingswijze voor asperges op de Maggi website om ze goed en lekker te bereiden. Snijd eerst ongeveer 2 cm van de uiteindes van de stronken af. Schil ze vervolgens van boven naar beneden met een dunschiller als ze nog niet geschild zijn. Laat de asperges na het koken koud worden. Bewaar 500 ml van het kookvocht voor later.
2. Roer de inhoud uit het zakje MAGGI Saus voor Asperges door 50 ml koud water. Roer daarna 450 ml van het aspergevocht (kookvocht) erdoor en kook het geheel tot een soep. Laat de aangemaakte aspergesoep daarna afkoelen en koud worden in de koelkast.
3. Snijd met een dunschiller hele dunne plakjes van de citroenschil (zonder wit). Hak de citroenschillen daarna heel erg fijn. Snijd en hak ook de muntblaadjes extra fijn. Voeg de fijngehakte citroen en munt vervolgens toe aan de koude aspergesoep en laat de ingrediënten nog een aantal uren intrekken.
4. Pocheer de zalm. Op deze manier laat je de zalm garen, in weinig water of in een bouillon dat net onder het kookpunt blijft. Dit proces duurt ongeveer 8 tot 10 minuten, afhankelijk van de dikte. Snijd de zalm daarna in stukjes. Snijd ook alvast de afgekoelde witte asperges in stukjes van 1 cm, maar houd wel de koppen heel (ongeveer 7 cm).
5. Verdeel over 3 mooie kommetjes de gesneden witte asperges en de stukjes zalm. Schenk daarna de koude aspergesoep, ofwel gazpacho, erbij en doe als laatste de koppen van de asperges er mooi in. Eet de gazpacho zo koud mogelijk en serveer het gerecht met een goed stuk brood, zoals vers stokbrood. Dat wordt lekker en verkoelend eten op een warme dag. Geniet!

koolhydraten	28.25 g	3 Porties
Energie	321.17 kcal	
vetten	10.19 g	
Eiwit	30.33 g	