

Hoofdgerecht vis

Pakketje van zalmfilet met groente en pesto uit de oven

Vanaf
Stap 1

**Dit heb je nodig
voor 1 persoon**

125 gr zalmfilet
1 el pesto
groene groente
naar keuze
½ el citroensap
peper
viskruiden
zonder zout
aluminiumfolie

Zo maak je het klaar

Verwarm de oven voor op 180 graden.

Neem 1 vel aluminiumfolie.

Leg in het midden van het vel wat van de groene groente met daarop de zalmfilet. Doe er wat peper en citroensap over en als laatste de pesto.

Vouw het pakketje losjes, maar wel goed dicht, zodat de warme lucht er niet uit kan.

Leg het pakketje op een bakplaat midden in de voorverwarmde oven en laat het in 12 tot 15 minuten gaar worden.

Leg het pakketje als een soort cadeautje op het bord en maak het aan tafel voorzichtig open door er aan de bovenkant een snee in te maken en de randen folie open te vouwen.

Ook heel lekker met bloemkoolpuree!

Eet smakelijk!

**Dit recept bevat
per persoon**

125-250 gr.
groente bereid
1 portie eiwit

THE 1:1 DIET
by CambridgeWeight Plan®