1A+1B Fish

Flammkuchen met gerookte zalm

Bereidingstijd
25 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Verhit de olijfolie in een koekenpan. Doe de inhoud van het zakje rösti in de shakebeker, meng met 75 ml water en schud goed. Verdeel in twee bolletjes in de koekenpan. Bak circa 6-7 minuten en tussendoor regelmatig wat platdrukken en omdraaien. Leg de rösti op een bord en besmeer met de crème fraîche. Verdeel wat blaadjes spinazie hier overheen, leg de gerookte zalm erop en garneer met de rode ui en bieslook. Breng op smaak met wat peper. Maak van de rest van de spinazie een salade samen met de komkommer en besprenkel met een halve eetlepel olijfolie en de rode wijnazijn. Breng op smaak met peper en zout.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle rösti
- [ ] 40-50 g gerookte zalm
- [ ] 150 g komkommer in halve plakjes
- [ ] 25 g spinazie
- [ ] 1 el rode ui in ringen
- [ ] 1 tl bieslook, fijngehakt
- [ ] 1 el crème fraîche light
- [ ] 1½ el olijfolie
- [ ] ½ el rode wijnazijn
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**362 kcal**
Koolhydraten	**6 g**
Vet	**23 g**
Vezels	**4 g**
Eiwit	**29 g**