

Venkelsalade met gebakken koolvis in sesamkorstje



Ingredienten

- 350 g koolvisfilet
- 100 g venkel
- 1 komkommer
- verse koriander
- 1 el limoensap
- 1 el mayonaise
- 1 kl wasabipasta
- 2 el sesamzaad
- 1 el olijfolie
- pezo
- 50 g edamamebonen

Bereiding

Meng in een kom de mayonaise, wasabi en het limoensap. Kruid met peper en zout.

Schil de komkommer, verwijder de zaadlijsten. Snij de venkel en komkommer met een mandoline tot dunne slierten. Meng ze met de edamame (als je diepvriesbonen kocht, moet je ze eerst even blancheren, edamamebonen uit een bokaal kun je meteen gebruiken). Kruid met peper en zout. Roer er de wasabimayonaise onder.

Snij de koolvis in 8 mooie stukjes. Doe de sesamzaadjes in een schaal en duw de stukjes koolvis erin, zodat zij aan één kant een sesamkorstje krijgen. Bak de koolvis 2 à 3 minuten aan elke kant in een pan met olijfolie.

Verdeel de venkelsalade over 8 glaasjes, leg er een stukje gebakken koolvis op met de sesamkorst naar boven, werk af met een blaadje koriander.