

Zalm bakken

Wat heb je nodig (voor 1 persoon)

1 moot zalm
1 eetlepel olie
peper
zout



Leg de zalmmoot op een bord.
Strooi er wat peper op.



Strooi er ook een beetje zout op.



Zet een koekenpan op de kookplaat.
Doe de olie in de koekenpan.
Zet de kookplaat op de middelste stand.



Als de olie uitloopt, is de olie warm.
Zet de kookplaat op de laagste stand.



Leg de zalmmoot in de koekenpan, met de huid naar beneden.
Bak deze kant 3 minuten.



Draai de zalm om.
Bak deze kant 2 minuten en zet de kookplaat uit.
Dien de zalm gelijk op.
