



Pastasalade met gerookte zalm, aspergebrosccoli en romige pesto dressing

Genieten van rook kan ook gezonder! Hier een lekker recept voor een maaltijdsalade om voor wat extra afleiding te zorgen wanneer je meedoet aan het LifeCheck Stop met Roken plan.

Ingrediënten voor 2 personen

Salade

- 100 gram gerookte zalmfilet
- 150 gram aspergebrosccoli
- 150 gram cherrytomaten
- 75 gram rucola melange
- 15 gram verse basilicum
- 150 gram penne
- Roze hele peperkorrels (optioneel, gemalen peper kan ook prima)
- Snufje zout
- Olijfolie

Dressing:

- $\frac{3}{4}$ eetlepel light mayonaise
- $\frac{1}{2}$ theelepel mosterd
- 1 theelepels appelazijn
- $\frac{1}{2}$ eetlepel pesto
- Een druppel honing
- Snufje peper en zout

Bereiding

- Breng een pan met water aan de kook en bereid hierin de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- Snijd ondertussen de cherrytomaatjes in kwartjes en grill de aspergebrosccoli in een grillpan tot de steeltjes mooie grill streepjes hebben en beetbaar zijn. Smeer de aspergebrosccoli na het grillen in met wat olijfolie en breng op smaak met een klein snufje peper en zout. Je mag ze eventueel laten afkoelen. Snijd de zalmfilet in snippers
- Maak de dressing door de ingrediënten door elkaar te roeren
- Giet de pasta af als hij klaar is en spoel af met koud water. Meng alle salade ingrediënten door elkaar, voeg als laatste de dressing toe en mix. Verdeel over twee borden en geniet ervan!