



Asperges op oosterse wijze geroerbakt met zalm

Oeps weer een aspergerecept. Wij hebben ze dit jaar echt wekelijks gegeten, al is dat volgens mij ieder jaar het geval. Vaak de klassieke manier met gekookt ei, ham en aardappels, maar ook in salades, ragout of geroerbakt.

Dit roerbak recept was toch wel favoriet bij mijn man en kinderen. Ik maakte dit recept twee keer, omdat we de eerste keer blij waren dat we eindelijk met de kinderen aan tafel zaten. De dag liep iets anders dan gepland, waardoor ik pas om 18.00u begon met koken. Wij zijn ouders die redelijk strikt zijn met bedtijd, of ja we merken dat onze kinderen dat nodig hebben. Ik was dus blij dat we om half 7 aan tafel zaten. Het maken van foto's schoot er daardoor bij in, maar dat vonden Luke en de kinderen in dit geval niet erg.

Ik koop mijn asperges altijd bij de een aspergeboer (van der Putten in Vlierden (Brabant)). Daar hebben ze kleine wok/soepstukken asperges in een bak van 250 gram vacuümverpakt, dit soort verpakkingen zijn ideaal voor dit recept. Daarnaast is het ook nog eens snel als je het gerecht binnen 30 minuten op tafel wilt hebben staan.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 250 gram geschilde asperges (wok asperges) Koop je ongeschilde asperges koop dan de dunne, anders duurt het roerbakken te lang.
- 1 ui
- 1 eetlepel sesamzaadjes
- 1 theelepel gembersiroop
- 4 eetlepels ketjap manis
- 250 gram peultjes
- 1 puntpaprika
- 400 gram zalm
- 2 eetlepels oestersaus
- 1 cm gember
- 1 teen knoflook
- 1 eetlepel chilisaus
- 2 kruidnagels

- 300 gram noedels
- Olie
- Peper
- Zout

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Meng 1 eetlepel ketjap manis, de oestersaus en chilisaus door elkaar. Schil de gember en rasp deze. Pel de knoflook en rasp deze ook. Voeg de rasp van de gember, knoflook en de kruidnagel bij de marinade. Meng dit alles goed door elkaar en smeer hier de zalm mee in. Plaats de gemarineerde zalm terug in de koelkast, zodat de marinade in kan trekken. Het is nog lekkerder om de marinade 2 uur in te laten trekken, maar ook ik heb daar niet altijd tijd voor of zin in.

Was de peulen en maak deze schoon. Hoe je deze het beste kunt schoonmaken lees je bij het recept van de [vegetarische gegrilde asperge salade](#). Als je ongeschilde asperges hebt schil deze dan eerst en snijd ze in kleine stukken.

Leg de zalm in een ovenschaal strooi de sesamzaadjes erover en plaats de vis voor 15 à 20 minuten in de voorverwarmde oven.

Breng water in een pan aan de kook, waar je op het laatst de noedels in kunt koken.

Pel de ui en snijd deze in dunne halveringen. Was de paprika snijdt het steeltje eraf en daarmee een randje van de paprika. Op die manier kun je de zaadjes makkelijk verwijderen en de paprika vervolgens in (halve)ringen of reepjes snijden.

Verwarm een wok/roerbakpan met een flinke scheut olie op hoog vuur. Als de olie goed warm is, test dit eventueel door er een beetje water in de spatten met je hand, doe je de asperges in de pan. Voeg na 2 minuten de peultjes, paprika en ui toe en wok deze 3 tot 5 minuten mee.

Kook de noedels volgens de verpakking gaar.

Voeg de laatste minuut 2 eetlepels ketjap en een theelepel gembersiroop toe. Proef de saus en breng deze eventueel op smaak met peper en zout.

Houd de groentes goed in de gaten, wok ze niet langer dan nodig is zodat ze beetgaar zijn.