**Zalm in rode wijnsaus met wortelen en prei**

zalmmoten  
prei

wortelen

rode wijn

vleesextract (OXO of gelijksoortig)  
peterselie

rode balsamico

bruine suiker

kaneelpoeder

kruidnagelpoeder

vloeiende bloem

boter

olijfolie  
peper en zout

**De saus.** Breng een halve liter rode wijn aan de kook. Voeg twee eetlepels vleesextract en evenveel rode balsamico toe. Kruid met een mespuntje kaneelpoeder en evenveel kruidnagelpoeder. Breng op smaak met een paar eetlepels bruine suiker. Laat de saus inkoken tot meer dan de helft.

Breng verder op smaak met één of meer van de toegevoegde ingrediënten. Bind de saus met een beetje vloeiende bloem opgelost in rode wijn. Het resultaat is een dikke stroperige saus.

**De groenten**. Snijd een wortel in dunne repen met een dunschiller. Besprenkel met wat witte balsamico en stoom de reepjes gaar in een minuutje in de microgolfoven.

Snijd een stuk preigroen op ringen. Stoom die eveneens gaar in een minuutje. Ze mogen nog wat beet hebben. Snijd een stuk preiwit in dunne sliertjes. Frituur ze in een pannetje in wat olijfolie tot ze goed krokant zijn.

**Bak de zalmmoten** een viertal minuutjes aan elke kant in een beetje olijfolie en kruid met peper en zout.

**Op het bord.** Begin met een spiegel van de saus. Schik daarnaast een hoopje preiringetjes. Leg er een zalmmoot op. Werk af met gestoomde wortellinten en krokante preireepjes. Leg er nog een paar plukjes peterselie bovenop.

Dien op met gebakken krieltjes, maar dat hoeft zelfs niet als je dit bordje als voorgerecht serveert.