



# PRIMAL PERSONAL COACHING

## VOEDINGSADVIES

### *Courgetti salmone di Roni e Mario*

#### **Bereiding (1 persoon)**

1. Breng water aan de kook met een snuifje zout.
2. Weeg de spelpasta af, snijd de courgette met een spiraalsnijder, de zalm in reepjes en hak de dille fijn.
3. Kook de spelpasta al dente.
4. Giet de pasta af en voeg de courgetti en de zalm toe op een laag vuur.
5. Voeg de dille toe en roer tot de courgetti beetgaar is.
6. Kruiden met peper en zout naar wens (houd er rekening mee dat de zalm al zoutig is).



Ingrediënt	Hoeveelheid
Spelpasta	55 g
Courgette	250 g
Gerookte zalm	120 g
Dille	naar wens
Peper	naar wens