

CHANTE SE PAN SALMON



CHANTE SE PAN SALMON

Chante Ackermann Ek het eers die salmon gewas en al die vel afgesny met n Baie skerp Mes. Druk n skyfie vars suurlemoen uit oor die Hele stuk salmon. Sout, growwe peper en mixed herbs . Verhit plaat tot Baie warm ,Voeg Soja sous in pan en salm letterlik Soos 2min per Kant (hang af van hoe gaar Jy die vis wil he ! Passop vir teveel (suurlemoen, sout, & Soja sous) onthou Jy kan altyd nog byvoeg ! (Beste deel van die lekker dis is dit is dieet kos ☐) & lekkerder as enige gemors kos !

FOTO EN RESEP: Chante Ackermann