



KABELJAUWHAASJE MET PREI

Benodigheden (6 personen)

- 150 à 200 gr kabeljauwhaasje per persoon
- enkele takjes peterselie
- 12 bloemige aardappelen
- 1 bussel bieslook
- 750 gr ongepelde garnalen
- 3 dl witte wijn
- 4 stengels groene selder
- 2 laurierblaadjes
- 3 wortelen
- 3 teentjes look
- 1 blikje tomatenpuree
- 3 grote sjalotten
- 3 preien
- 2,5 dl room
- 1 groentenbouillonblokje
- peper, zout en nootmuskaat

Bereidingswijze

Saus

- pel de garnalen, zet de gepelde garnalen nog even koel
- stoof de garnalenpanters en look in wat margarine, blus met witte wijn en een scheutje water, laat alles een kwartiertje zachtjes koken en kruid met peper en zout, daarna fijnmixen
- fijngesneden selder, wortel, sjalotten, laurier en tomatenpuree toevoegen en alles minstens 30 min zachtjes laten sudderen
- de saus zeven en op smaak brengen

Groentepuree

- schil de aardappelen, kook ze gaar en pureer, kruiden met peper, zout en nootmuskaat
- was de prei, in kleine stukjes snijden en gaarstoven in boter, voeg de room toe en laat even pruttelen
- strooi er een ½ verkruimeld bouillonblokje bij.

Vis

- de vis kruiden met peper en zout en in de bloem wentelen
- Bak de vis aan in hete olie of margarine en laat verder garen in de oven (180°C)

Presentatie

- meng net voor het opdienen de puree met de gepelde garnalen (een deel bewaren voor het garneren), de prei en fijngesnipperde bieslook.
- leg een flinke lepel (of gebruik een ring) puree op het bord, leg hierop de vis.
- lepel wat saus op de vis en rond het torentje, versier met enkele gepelde garnalen en een takje peterselie.

Dit recept werd klaargemaakt en geproefd op één van de kookavonden van KWB Reet

Voor meer recepten zie

<http://www.kwbreet.be>

