



Hoofd gerecht

Gebakken zeewolf
met garnalen en champignonroomsaus



Gebakken zeewolf

met garnalen en champignonroomsaus

Benodigheden

(Hoofdgerecht voor 4 personen)

Zeewolf:

640 gr zeewolflet, graatarm

Garnalen:

60 gr gepelde roze garnalen

Gebakken spinazie:

400 gr gewassen fijne spinazie

15 gr uiensnippers

3 gr verse knoflookpulp

peper en zout naar smaak

Champignonroomsaus:

4 gr fijne champignons

25 ml ongesuikerde slagroom

175 gr champignonroomsaus

peper en zout naar smaak

Kervel:

4 takjes kervel

Mise en place

Zet de uienknippers aan met de knoflookpulp, voeg dan de spinazie toe en roerbak dit op hoog vuur. Laat het uitlekken en voeg naar smaak peper en zout toe.

Snij de champignons klein en bak ze aan. Voeg de roomsaus en de slagroom toe en verwarm het mengsel. Tot slot naar smaak nog wat zout en peper toevoegen.

Portioneer de zeewolf op de gewenste maat, strooi er wat peper en zout over en bak de vis op laag vuur gaar.

Was en pluk de kervel.

Handelingsvolgorde/bordopmaak

Draai drie quenelles van de spinazie en dresseer deze op het bord.

Leg de zeewolflet hiertussen, met daarop een rijtje garnalen.

Schep vervolgens drie hoopjes saus rondom de zeewolf en tussen de spinazie.

Garneer de vis met een takje kervel.

Wijnadvies!

Numen chardonnay

PAOLO LEO

Salento, Italië

fles 75 cl - 08.815.75

Expressief, abrikoos, rijk,
vol, mooie houttonen



Hocras B.V.
Franse Kampweg 38
Bussum

T 035 69 79 777
E info@hocras.nl
W www.hocras.nl

Hocras