



Pangasius met opgelegde citroen, gember, venkel en bleekselderij

Hoofdgerecht • Vis
Appetijt - L. Van den Bos

Ingrediënten

Pangasiusfilets

Bleekselderij ontvezeld en in fijne julienne gesneden.

Venkel in flinterdunne plakjes gesneden.

Schil van opgelegde citroen(en) fijngehakt.

Verse gember in zeer kleine blokjes gesneden.

Zout en peper

Olijfolie

Sake

Een lepel Mirin

Gehakte peterselie

Kruimige aardappels

zout

Half gedroogde tomaatjes in

Bereiding

Groenten, citroen en gember goed mengen met olijfolie en 10 minuten in hete oven op 200 graden plaatsen.

Vis kruiden met zout en peper.

Groenten omscheppen. Vis in de ovenschaal schikken en gedeeltelijk beleggen met de groenten. Een scheut sake en een lepelje Mirin toevoegen en nog eens 10 tot 15 minuten in de oven plaatsen.

Bestrooi met gehakte peterselie.

Aardappelpuree bereiden en aanmaken met Boursin en de stukjes tomaat.

Notities

Een eenvoudig ovengerecht van pangasius en venkel met intense maar niet dominante smaak van gekonfijte citroen en gember.

kleine stukjes gesneden

Volle melk

Boursin cuisine

Foto's



Pangasius met
opgelegde
citroen, gember,
venkel en
bleekselderij

