



## Schelvis met venkel en champignons

Hoofdgerecht • Vis  
Appetijt - L. van den Bos

### Ingrediënten

Schelvishaasjes  
boter  
bloem  
zout en peper  
venkel  
champignons  
visbouillon (blokje)  
witte wijn  
room  
geraspte Emmentaler

### Bereiding

Venkel schoonmaken en hard vezelige buitenste blad verwijderen. Doormidden snijden.  
Doe venkel met visbouillon in een pan met deksel en laat 20 minuten sudderen.

Champignons schoonmaken, in vier snijden en de laatste 10 minuten bij de venkel voegen.

Laten afkoelen.

Haal de groenten uit de bouillon en laat goed uitlekken.

Een witte wijnsaus maken van boter en bloem (roux), visbouillon, witte wijn en room.

Laten afkoelen tot lauwwarm.

Oven aanzetten op 200 graden.

Ovenschaal inboteren en de schelvishaasjes erin schikken, kruiden met zout en peper. leg stukken venkel naast de vis en de champignons op de vis.

Doe de saus over vis en groenten en bestrooi met de kaas (niet te veel).

plaats in de oven voor ongeveer 15 minuten.

## Notities

Schelvishaasjes, de mooiste ronde wat dikke delen van de schelvisfilet zijn heel gemakkelijk te verwerken en bovendien erg lekker zoals hier in combinatie met venkel en witte wijnsaus.

## Foto's

