



WIJN-SPIJS COMBINATIE VAN DE MAAND

DOMAINE SAUGER
CHEVERNY BLANC



GASTRO
VINO

VERWENNERIJ
SINDS
1932

*Getipt in de rubriek
'Meneer en Mevrouw Hamersma'
(Het Parool 21-03-2020)*

Scharfilets in bananenblad

INGREDIËNTEN (Voor 4 personen)

- 8 scharfilets van ca 100g
- 2 schone bananenbladen, elk groot genoeg om een ovenschaal te bekleden en af te dekken.
- Voor de saus**
- 3 el arachide olie
- 1 teen geperste knoflook
- 3 el sojasaus (Kikkoman)
- 4 el gevogeltebouillon of water
- 3 el rijstwijn
- 1 el oestersaus
- 3 el julienne gesneden gember
- 12 (5 cm) stukjes lente-ui
- klein schepje suiker
- scheutje sesamololie
- Voor het serveren**
- handvol julienne gesneden lente-ui, alleen het donkergroen
- 1 grote rode chilipeper, zonder zaadlijsten, julienne gesneden
- partjes limoen

Rol de visfilets vanaf het staartje op tot rolletjes. Bekleed een ovenschaal waarin de rolletjes mooi naast elkaar passen met een stuk bananenblad. Maak nu de saus. Verhit de olie in een kleine pan. Schep er de knoflook door en roerbak zo'n 20 tot 30 seconden. Laat de knoflook niet verkleuren. Schep er de rest van de ingrediënten door. Laat ongeveer 2 minuten zachtjes sudderen. Neem de pan van het vuur. Schep 3 eetlepels van het vocht van de saus rond de visrolletjes. Bestrooi de rolletjes dan met wat zout en peper. Dek de schaal af met een tweede vel bananenblad. Zet de schaal 10 tot 12 minuten in een op 220°C voorverwarmde oven op hetelucht (convectie). Verwarm intussen de saus op een laag vuur maar laat hem niet aan de kook komen. Zet zo nodig een vlamverspreider onder de pan. Controleer of de vis gaar is met de punt van een scherp mes. De kooktijd is afhankelijk van hoe groot en dik de visfilets zijn. Garneer de vis met de groene sliertjes lente-ui en de sliertjes chilipeper. Dien op met de saus, partjes limoen en bijvoorbeeld bijtgare paksoi en rijst.

Bron: Kim Maclean

Voor meer recepten zie gastrovino.nl