

Stapelaar van roodbaars

gegrilde groente en aardappel



Roodbaars

De roodbaars is een zoutwater-vis en vrijwel het hele jaar door verkrijgbaar. Dankzij de fijne smaak en het stevige vlees is het de laatste jaren een vis. Het vlees is matig vet, bevat weinig gratten en smaakt zowel gebakken als gerookt voortreffelijk.



Wijnadvies:

Sauvignon Blanc
WAIPARA HILLS
Nieuw-Zeeland
08.905.76

Smaak/geur:
stuivend, groen fruit,
licht vegetaal

Hoofdgerecht

Hocras

Stapelaar van roodbaars, gegrilde groente en aardappelmix met paprikacoulis

Roodbaarsfilet:

640 gr roodbaarsfilet, geschubd

Gegrilde groente:

150 gr groene courgette
140 gr gemengde paprika
115 gr venkel
2 st verse knoflookteentjes
20 ml olijfolie
10 gr rozemarijn
10 gr tijm
zeezoutflakes en peper naar smaak

Geroosterde aardappeltjes:

145 gr truffelaardappel
140 gr charlotte aardappel
25 ml olijfolie
1/2 st. vers knoflookteentje
6 gr rozemarijn
6 gr tijm
zeezoutflakes en peper naar smaak

Gepofte paprikacoulis:

75 gr geroosterde rode paprika
5 ml olijfolie
1/2 st. vers knoflookteentje
zout en peper naar smaak

Garnering:

20 ml balsamico glaze
20 gr basilicum pesto (vers)

Benodigheden

voor 4 personen

Mise en place & handelingen

Benodigheden:

hete luchtoven, keukenmachine

Mise en place:

Snij de venkel en blancheer deze. Verwijder de zaadlijsten van de paprika en de courgette. Meng dit met de knoflook, kruiden en olie en rooster dit op de grill. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Portioneer de roodbaars en verwijder de graten. Bak de vis kort om en om en smaak af met zout en peper.

Was de aardappels goed en snij deze. Meng kruiden, knoflook en naar smaak zout en peper door de olie. Roer dit mengsel door de aardappelen en rooster ze ongeveer 15 minuten in de oven op een temperatuur van 210 °C.

Laat de geroosterde paprika uitlekken en verwijder de zaadjes. Draai de paprika glad in een keukenmachine en voeg knoflook, olijfolie en zout en peper toe. Doe de coulis in een spuitflesje.

Handelingsvolgorde/bordopmaak:

Leg wat geroosterde groenten en aardappel op het bord en daarop een stukje roodbaars. Stapel zo om en om groente, aardappel en vis op elkaar. Spuit drupjes paprikacoulis en basilicum-pesto rondom en nappeer de balsamico glaze over het bord.

