

Hollands vispannetje

hoofdgerecht

Bereidingstijd 20 min. Hoeveelheid voor 4 pers.

INGREDIËNTEN

25 ml Vloeibare margarine
2 Sjalotten
30 gr. Bloem
150 ml Droge witte wijn
350 g Voorgekookte minikrieltjes
1 eetl. Verse dille
1 Citroen

250 ml Visbouillon
500 gr. Kabeljauwfilet
100 gr. Doperwten
125 ml Crème fraîche
100 g Cocktailgarnalen
1 snufje zout
1 snufje peper

BEREIDINGSWIJZE

1. Verhit de vloeibare margarine in een hapjespan en fruit de sjalotjes ca. 2 min,
2. Voeg de bloem toe en bak 1 min. mee,
3. Schenk de wijn en de visbouillon scheutje voor scheutje en al roerend in de pan,
4. Roer de saus glad en breng telkens al roerende aan de kook,
5. Draai het vuur laag en voeg de krieltjes, de kabeljauwfilet en de doperwtjes toe en stoof het, met de deksel op de pan, in ca. 10 min. Gaar,
6. Voeg de crème fraîche en de garnalen toe en verwarm het vispannetje nog 2-3 min,
7. Breng het op smaak met de dille en zout en peper en verdeel het gerecht over de diepe borden,
8. Serveer het gerecht met de partjes citroen.



Tip! Serveer met biologisch tarwebrood of breekbrood tomaat In plaats van kabeljauwfilet kun je ook claressefilet, pangasiusfilet of een combinatie van diverse soorten visfilet nemen.

Eet smakelijk!