

VISPANNETJIE



VISPANNETJIE

4 persone

Tussen 15 en 30 minute

1 stuk dik vaste vis (1 moot/persoon)

150 gr garnale

150 gr seekos

50 gr meel

50 gr botter

150 gr sampioen

1 suurlemoen

3 eigelengemaalde kaasgroente bouillon

1 dl room

1 el tamatiepasta

2 dl water

wit wyn

Maak 'n blonde roux van botter en meel. Maak hier 'n dik sous van met water en wit wyn. Voeg 'n bietjie bouillon toe. Maak 'n 2de binding met room en eigel. Voeg die sampioene by. Lê daar die vismoot in en laat 2 minute pocheren. Roer die vis nie stuk. Doen die garnale en die seekos daarby en rangskik in 'n ovenshotel. Strooi daar gemaalde kaas oor. Sit vir 15 minute in 'n voorverhitte oond van 200°C

GEPLAAS DEUR Marlé Buyss

RESEP: Piet Huysentruyt