

Sardines Escavechie



Ingredienten

Bereiding

Eigenlijk is escabeche een soort Spaanse ceviche. Het is ook ooit op dezelfde manier ontstaan om vlees en vis langer te kunnen bewaren. Ik heb in dit geval een combinatie van sardines, gekonfijte puntpaprikaatjes en avocadoschijfjes. Het resultaat vind ik heel mooi, zowel qua frisheid als textuur

voor 4 personen

- 1 grote ui, fijngesneden
- 1 paprika, fijngesneden
- 4 teentjes teentjes knoflook fijngesneden
- 2 takjes tijm
- 1 takje rozemarijn
- 3 el olijfolie + extra om in te bakken
- zeezout en versgemalen witte peper
- 1/2 tl cayennepeper
- 100 ml witte wijn
- 300 ml groente- of kippenbouillon
- 150 ml sushi-azijn
- 6 cherrytomaten
- fleur de sel
- 1 sjalot, fijngesneden
- 4 el Taggiasche olijven
- 1 el ingelegde kappertjes, grof gehakt
- 1 el verse jalapenopeper, fijngesneden
- 2 el pijnboompitten, geroosterd en gehakt
- 3 el arbequina-olijfolie
- 6 verse sardines, gefileerd, zonder graatjes
- 2 gekonfijte puntpaprika's, ontveld en in reepjes
- 1/2 avocado, in dunne plakjes

- 1/4 zoete ui, in halve maantjes
- enkele takjes bronzen venkel
- 1/2 tL paprikapoeder
- 1/2 tl limoen, rasp

Bereiding

Fruit voor de marinade de ui, de paprika, de knoflook, de tijm en de rozemarijn aan in een scheutje olijfolie en kruid met zeezout en de cayennepeper. Blus af met de witte wijn en laat tot een kwart inkoken. Voeg de bouillon toe en laat op laag vuur tot 2/3 van het volume inkoken. Voeg de azijn toe en laat 1 uur trekken. Zeef en breng eventueel nog op smaak met zeezout en witte peper.

Meng er de olijfolie onder en houd apart. Halveer de tomaten, kruid met fleurde sel en witte peper en houd apart. Meng de gesnipperde sjalot met de olijven, de kappertjes, de jalapeno en de geroosterde pijnboompitten.

Breng op smaak met zout en peper, 3 eetlepels arbequina-olijfolie en 2 eetlepels marinade. Verdeel over de cherrytomaten. Leg de gefileerde sardientjes circa 15 minuten in de overige marinade. Neem ze uit de marinade en maak een waaier van de sardines, de gekonfijte puntpaprika, de avocado en de zoete ui. Kruid met fleur de sel en witte peper. Verdeel de cherrytomaten met het snijvlak naar boven over de waaier en lepel er 3 eetlepels marinade over.

Werk af met de bronzen venkel, het paprikapoeder en de limoenrasp.