

Gestoomde tarbot met garnalensaus



Ingredienten

- 600 gram gefileerde tarbot
- 2 worteltjes
- 2 stengels bleekselder
- 1 sjalot
- 250 gram ongepelde noordzeegarnalen
- 1 el. arachideolie
- 1 cl. cognac
- 1 kl. geconcentreerde tomatenpuree
- 3 dl. visfumet
- 1 liter slagroom
- 30 gram boter
- citroensap van n citroen
- 1 kleine rijpe tomaat
- 50 gram preiwit
- 1 ui
- 1 kl. sherry azijn
- 12 lavasblaadjes
- zout en peper

Bereiding

Maak de worteltjes schoon en snijd ze in dobbelsteentjes van 4 mm., weeg 100 gram af, houd hiervan 50 gram apart en kook de rest beetgaar in water en zout, laat uitlekken.

Maak 1 stengel bleekselder schoon en snijd hem in dobbelsteentjes van 4 mm., weeg 100 gram af, houd hiervan 50 gram apart en kook de rest beetgaar in water en zout, laat uitlekken.

Pel de garnalen en bewaar de schalen.

Verhit de olie , voeg de garnalenpantsters en de ongekookts wortel en selder (van punt 1 en 2) toe. Laat alles

3 à 4 min. zachtjes zweten, voeg al roerende de cognac, de tomatenpuree en de visfumet toe en breng het geheel aan de kook. Laat alles 15 min. trekken. Giet de inhoud van de pan door een puntzeef en druk de restanten in de zeef goed uit om alle sappen eruit te persen.

Giet het opgevangen vocht in een mixer-blender, voeg 25 gram gepelde garnalen toe en laat de machine draaien tot U een gladde, licht gebonden saus verkrijgt. Giet deze in een middelgrote pan en laat tot 1/3 inkoken. Voeg de slagroom toe en laat de saus nogmaals tot de helft inkoken. Klop de in klontjes verdeelde boter onder de saus, en breng op smaak met zout, peper en citroensap.

Ontvel intussen de tomaat, snijd in vieren en verwijder vocht en pitten. Snij het vlees in dobbelsteentjes van 4mm.

Snijd het wit van de prei in kleine regelmatige vierkantjes en doe deze bij de tomaat. Vermeng de groenten met de sherry azijn en breng op smaak met peper en zout.

Snijd de ui en de resterende stengel bleekselder fijn en doe ze in het onderstuk van de stoompan. Voeg 1 1/2 liter water en een kleine eetlepel zout toe en breng het water aan de kook. Laat 10 min. trekken.

Verdeel de tarbot in 4 gelijke stukken, bestrooi met peper en zout en leg ze in de bovenste helft van de stomer. Zet de delen op elkaar, en stoom 6 à 7 min, afhankelijk van de dikte van de stukken.

Warm intussen de saus op, roer er de gekookte wortel en bleeksekder door en laat enkele tellen koken. Haal de pan van het vuur en voeg, vlak voor het opdienen, de garnalen toe. De saus mag ni niet meer koken !

Leg de tarbotfilets op voorverwarmde borden, giet er de garnalensaus over en leg aan één kant van het bord het prei-tomaat mengsel. Garneer met lavasblaadjes en serveer !