

KABELJAUW MET PANADE VAN HAM

VOOR 4 PERSONEN



KABELJAUW

4 stukken kabeljauwfilet van 130g/stuk

Pekel de filets met grof zout en leg ze in de koelkast. Na 1u het zout afspoelen en drogen.

Bak de kabeljauw in een warme stoofpan en leg er de panade op. Bak in de oven ±15min op 180°C.

JUS VAN GARNALEN

500g garnalkoppen / 1 ajuin, wortel, teentje look en scheut selder / 2 rijpe tomaten / 15ml tomatenconcentraat / laurier en tijm / 1 scheut cognac / 1 scheut droge witte wijn / 800ml kippenbouillon / 300ml room (40%)

Bak de ajuin, look, wortel en selder samen met tijm en laurier zachtjes in een scheutje olijfolie. Doe de garnalkoppen en de tomatenpuree erbij en laat even meebakken. Blus met cognac en flambeer.

Voeg de tomaten toe en bevochtig met de witte wijn, kippenfond en room. Laat 20 minuten inkoken, passeer door een zeef en kook verder in voor 1/3.

AARDAPPELMOUSSELINE

*300g aardappelen (bintje) / 1dl room / 100g boter
peper, zout en nootmuskaat*

Kook de geschilde aardappelen gaar in licht gezouten water. Giet ze af en hou 0,5dl van het kookvocht bij.

Pureer de aardappelen. Kruid de aardappelen met peper, zout en muskaatnoot. Verwarm 1dl room en voeg dit vocht samen met het aardappelkookvocht bij de aardappelpuree. Voeg de boter toe.

Roer goed tot je een luchtige puree krijgt. Duw de puree nog eens door een fijne zeef voor een smeugiger resultaat.

PANADE

50g boter / 50g parmezaan / 50g panko / 50g pijnboompitten / krulpeterselie / gedroogde ham Jambon d'Ardenne

Mix de pijnboompitten met de peterselie. Voeg geleidelijk aan de parmezaan, panko, boter en jambon d'Ardenne toe.

Strijk de panade tussen 2 botervellen en stop ze in de vriezer. Wanneer het hard is geworden, kan je een perfect stuk snijden.

AFWERKING

Start met de jus van garnalen, leg de mousseline er op en werk af met de kabeljauw en de panade.