

Gerecht :

Sliptong – Zoete aardappel –

Bospeen – Zoethout

Kok: Elvis Mesic

Restaurant: Drie Gezusters



KLAAR AF
KOOK
koken met de markt

Vorbereiding voor de sliptong :

- Knip de sliptong rondom
- Fileer aan elk zijde een filet eraf. (tegen over elkaar)
- Zet een pan met water en een klein beetje azijn ondertussen op.
- Leg de schoon gemaakte filets op plasticfolie. Rol ze strak in.
- Maak de graat van de sliptong schoon in het water/azijn mengsel.
- Pocheer de opgerolde filets 2 minuten in een kleine pan met water.
- Bak de sliptong in roomboter. Arroseeer de vis regelmatig.

Voor de zoet hout beurre blanc :

- Zoethout 3 stokjes
- Kookroom 3 dl
- Witte droge wijn 3 dl
- Roomboter 150 gram

- ✓ Reduceer de witte wijn tot de helft in met de zoethout stokjes.
- ✓ Giet de kookroom erbij en laat wederom reduceren tot de helft.
- ✓ Passeer het mengsel door en fijne zeef.
- ✓ Monteer de saus op met roomboter en een beetje verse zwarte peper.

Zoete aardappel puree :

- Zoete aardappel 300 gram
- Zout

- ✓ Schil en Snij de zoete aardappel in kleine gelijkmatige blokjes.
- ✓ Zet op in een ruime pan met koud water en zout. Laat het goed gaar koken.
- ✓ Zeef het vocht weg, doe de zoete aardappels in een kom om vervolgens met een staafmixer het geheel glad te draaien.
- ✓ Breng op smaak met zout.

Bospeen met kardemom :

- Bospeen 6 stuks
- Kardemom 10 gram
- Roomboter 50 gram
- Zout en peper

- ✓ Schil de bospeen
- ✓ Breng een ruime pan met water aan de kook. Doe er alvast beetje zout bij.
- ✓ Blancheer de bospeentje tot ze beetgaar zijn. Spoel ze koud.
- ✓ Laat de roomboter smelten met de peulen van de kardemom.
- ✓ Stoof de bospeentjes in de roomboter/kardemom, breng op smaak met zout en peper.