

Scholfilet

Met puree, paprikacoulli en groene kruidenolie

Ingrediënten:

- Scholfilet (4 p.p.)
- Aardappel (zeer kruimig kokend)
- Spinazie
- Paprika
- Olie
- Peterselie
- Bladselderij
- Bieslook
- Boter
- Melk
- Mosterd
- Zout/peper

Bereidingwijze:

1. maak de puree op de wijze zoals eerder is beschreven (menu 2, hoofdgerecht)
2. was,droog de spinazie
3. bak de spinazie en voeg deze toe aan de puree.De spinazie kan ook eerst na het bakken gepureerd worden, dit heeft als gevolg dat als het met de puree gemengd wordt de puree en groene kleur krijgt.
4. bak de scholfilet aan beide zijde in een bakpan en leg ze op een beboterde ovenplateau
5. neem 2 filetjes en bedek deze met spinaziepuree, leg daarna een filet op de puree.
6. zet de schol nog even in een voorverwarmde oven (180 graden)
7. neem een warme bord en dresseer de schol schuin en parallel naast elkaar op het bord
8. besprenkel de schol met de groenenkruiden olie en paprika coulli en zet een bieslookstengel tegen het gerecht.

Bereidingswijze paprikacoulli (paprikasaus)

1. verwarm een oven op 180 graden
2. schil een paprika en maak hem schoon (zaad eruit enz)
3. neem een ovenplateau en smeer deze in met veel olijfolie
4. leg de paprika op het plateau en zet de plateau in de oven
5. gaar de paprika in de oven totdat deze goed gaar is (slap en zacht van structuur)
6. neem een keukenmachine en doe hier de garen en nog warme paprika in
7. pureer de paprika en voer in kleine straaltjes beetje voor beetje olijfolie (koud) toe, totdat er een mooie iets wat dikke homogene coulli (saus) ontstaat.
8. breng de coulli op smaak met wat zout/ peper en eventueel wat paprika poeder.

Bereidingswijze groenenkruiden olie

1. was en droog de peterselie en bladselderij
2. pluk de bladeren van de steel
3. snijd de peterselie en de bladselderij klein en doe het in een keukenmachine
4. voeg aardig wat olie toe aan de kruiden het hak deze fijn in de keukenmachine
5. de kruiden moeten onderstaan met olie