



ZEETONG > FILET GEVULD MET KRAB, SALADE VAN PREI MET GROENE KRUIDEN

Ingredienten

8 personen:
4 tongen van 150 gr.
120 gr. crabvlees
2 tomaten en concasse
1 sjalot / 1 teentje knoflook
enkele druppels tabasco
½ dl. droge witte wijn
1 dl. room, 4 eetl. olijfolie
kruidenolie, wit van 2 preien
1 blaadje gelatine, ½ citroen
1 eetl. gehakte dragon



Bereiding

De tongen in een beboterde ovenschaal leggen. De vis peperen en zouten en besprenkelen met de wijn. De schaal 10 min. in een oven van 150 gr. zetten. Het gesnippeerde sjalotje in een lepel olijfolie stoven en de blokjes tomaat toevoegen. Kruiden met peper en zout, een geperst teentje knoflook en enkele druppels tabasco. Het geheel stoven tot al het vocht verdampt is. (ca. 15 min.) Op het laatst het crabvlees toevoegen en het mengsel af laten koelen. De tongen uit de oven halen en de filets van de graat halen. De tongen reconstrueren: tussen de filets het crabmengsel uitstrijken. Het resterende kookvocht van de tongen tot de helft inkoken. 1 dl. room toevoegen en opnieuw tot de helft inkoken. Een geweekt blaadje gelatine en het sap van een halve citroen door de saus roeren en of laten koelen. De tongen begieten met de gekoelde saus. Het wit van de preien in grove julienne snijden, kort stoven in een beetje olie en de gehakte dragon toevoegen. Op smaak brengen met peper en zout. Kruidenolie: 1/2 bosje peterselie, 1/2 teentje knoflook, 10 blaadjes basilicum en een 1/2 groene peper in de magimix mengen met 2 dl. olijfolie.

Presentatie

De tongen op koude borden schikken en de salade van prei warm op de borden leggen. Over ieder bordje een lepel kruidenolie gieten.

Wijnsuggestie

Cote de Beaune of een Riesling

Jaargang

1999-2000 01-02