FISK

IJsselmeer Snoekbaars

Ingrediënten :

- Ijsselmeer snoekbaarsfilet
- 1 citroen
- 20 ml sojaolie of neutrale olie
- 20 g Fisk kruiden

Bereiding :

Fileer de snoekbaars zorgvuldig en verwijder alle graatjes met een gratentang.

Wrijf de filets in met de Fisk kruiden en druk deze stevig aan zodat ze goed op het visvlees blijven zitten.

Verhit een pan op middelhoog vuur met een klein beetje soja- of neutrale olie.

Leg de snoekbaars met de huidkant naar beneden in de pan en bak rustig zodat de huid langzaam krokant wordt. Zodra de huid mooi krokant is, draai je de vis kort om en bak je de kant met de kruiden heel kort.
Let op: bak niet te lang, zodat de kruiden niet verbranden en de vis mooi sappig blijft.

Haal de snoekbaars uit de pan en leg hem op een doek of vetvrij papier.

Rasp met een microplane verse citroenschil over de krokante huid voor frisheid en aroma.

Afwerking

Garneer met verse kruiden uit de tuin of gebruik bijvoorbeeld peterselie, kervel en bieslook.

RESTAURANT BASILIEK Jouwmaa Dijk

Van Beekum Specerijen
Sinds 1908