

weekendeten - thuis

Weekendmenu

voor Consommé royal
hoofd **Gepocheerde zalm met hollandaisesaus en kervel en garnalen**
na Fraises Wilhelmina

De recepten voor het voor- en nagerecht zijn te vinden op www.volkskrant.nl/volkskeuken

Het grote voordeel van pocheren is dat de smaak en structuur van zalm op hun best blijven. En wat het grote geheim van hollandaisesaus is? Blijven kloppen. En als hij toch mislukt, maak je binnen een paar minuten nieuwe.

Gepocheerde zalm met hollandaisesaus

voor 4 personen



- 1 ui, gesnipperd
- 1 preitje, in ringen
- 1 kleine winterwortel, in dunne plakjes
- 8 takjes platte peterselie
- 1 takje tijm
- zout
- 4 peperkorrels
- 4 dl droge witte wijn
- 4 stukken wilde-zalmfilet à 175 g (met vel)
- 2 bosjes kervel à 20 g (bewaar wat voor garnering)
- 4 biologische eidooiers
- 200 g koude boter, in kleine blokjes
- 200 g Hollandse garnalen



Kopen en voorbereiden (kan een dag van tevoren)

1. Maak een court-bouillon: doe ui, prei, wortel, peterselie, tijm, snuf zout, peperkorrels, 3 dl wijn en 0,5 l water in een pan. Breng aan de kook en laat met het deksel erop 20 min. zachtjes trekken. Zeef de bouillon en laat hem afkoelen.
2. Zet de boterblokjes in de vriezer.

Verantwoorde wilde zalm (met het MSC-keurmerk) koop je bij de viswinkels van Gamba, het Visgilde en Fishes en supermarkten Lidl, Aldi, Super de Boer en Deen (€ 30-35 per kilo)

Bereiden

1. Controleer de zalmfilets op graten. Bestrooi ze met zout en laat ze 15 min. op kamertemperatuur staan. Haal de steeltjes van de kervel en hak de blaadjes grof. Verwarm de oven voor (60 °C).
2. Giet de koude bouillon in een (vis)pan. Leg de zalmfilets erin (velkant boven) en verhit tot het water trilt, maar niet borrelt (90 °C). Pocheer de zalm 4 min. Schep de filets in een schaal (velkant boven) en houd ze warm in de oven. Verwarm tegelijk de borden.
3. Breng een bodem water zachtjes aan de kook in een ruime pan. Klop intussen de eidooiers met een garde door 0,5 dl witte wijn. Schenk het eimengsel in een kleine pan of metalen kom, die in de pan met kokend water past (au bain-marie). Zet de kom in de pan en begin direct met kloppen: ga door tot het eimengsel gaat binden.
4. Draai het vuur uit en klop meteen een kwart van de boterklontjes door de eiersaus. Als de boter is opgenomen, kun je de rest van de boterklontjes erdoor kloppen.
5. Haal de kom uit de pan met heet water. Maak de saus op smaak af met zout. Roer de garnalen en kervel erdoor.
6. Trek het vel van de zalmfilets af. Leg ze, velkant onder, op borden. Schenk de saus er omheen. Garneer met kervel.
7. Geef er aardappelpuree en broccoliroosjes bij.

