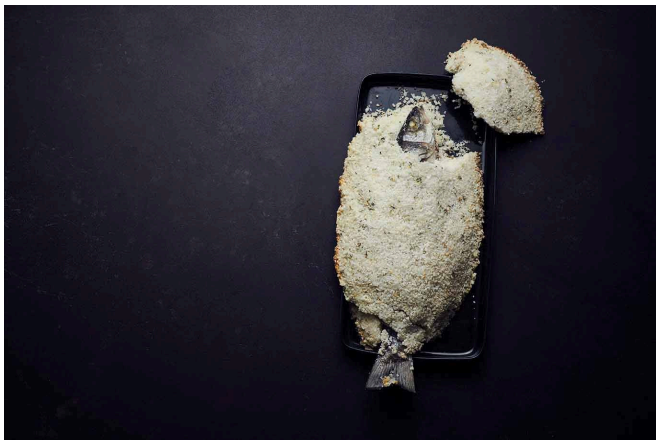
Zeebaars

Recept van V-ZUG N.V.



Bereiding	30 Mins
Gaartijd	25 Mins
Porties	4
Apparaat	CombairSteamer V6000 vanaf 2021

gebakken in een zoutkorst met citroen

Wolfsbaars

4 kg grof zeezout

1 onbehandelde citroen, geraspte schil

1 bosje tijm, eraf geplukt

2 eiwitten

100 ml water

2 wolfsbaars (à ca. 500 g)

Wolfsbaars

De gaarruimte met hete lucht tot 200 °C voorverwarmen.

Alle ingrediënten tot en met het water goed met elkaar mengen. Per vis een zoutbed ter grootte van de vis op een met bakpapier beklede bakplaat vormen.

De vissen aan buiten- en binnenkant afspoelen en droog deppen. De vissen op het zoutbed leggen en de kernthermometer in het dikste stuk van een vis steken. Het overige zout over de vissen verdelen en aandrukken.

De vissen op het middelste niveau erin schuiven en de kernthermometer met de gaarruimte verbinden. Bakken tot de kerntemperatuur van 55 °C bereikt is.

De zoutkorst rondom met een kartelmes opensnijden en voorzichtig optillen. De wolfsbaarsfilets zonder huid serveren.

Gaarstappen

Ovenruimte tot 200 °C op Hot air (voor)verwarmen

Voorverwarmen afgesloten. Gerecht erin schuiven. Verbind de kernthermometer met de ovenruimte.

Ovenruimte tot 200 °C op Hot air (voor)verwarmen

Accessoires

Bakplaat

Kernthermometer

Aanvullende informatie

Gecreëerd op	26.01.2022