

# KABELJAUW MET EEN KROKANT JASJE EN WITTE WIJNSAUS

HOOFDGERECHT - 45 MINUTEN - 4 PERSONEN

## BENODIGDHEDEN

- 200 ml witte wijn
- 200 ml slagroom
- 2 blaadjes laurier
- 4 eetlepels panko
- 2 eetlepels pompoenpitten
- ½ bosje peterselie
- 4 stukjes kabeljauwhaas
- 400 gr worteltjes (bospeen)
- 400 gr haricots verts
- 50 gram boter

## Bereiding

Verwarm de oven op 200 graden. Doe de wijn in een steelpan en laat de wijn verdampen en tot minimaal de helft inkoken. Giet de slagroom erbij en voeg de blaadjes laurier toe en laat nog 10 minuten pruttelen. Breng de saus op smaak met peper en zout naar wens. Voeg de boter in stukjes toe aan de saus en laat nog wat indikken. Haal aan het einde de laurier eruit, houd de saus warm op een zacht vuurtje.

Doe de panko, pompoenpitten en peterselie in een keukenmachine en maal fijn. Dep de vis droog met keukenpapier, bestrooi met peper en zout en leg in een ingevette ovenschaal. Schep het kruidenmengsel bovenop de vis. Bak de vis 15 minuten in de oven.

Maak de worteltjes en haricots verts schoon en kook de worstel voor 5 minuten in kokend water met wat zout, giet af en spoel na met koud water. Doe wat boter in een koekenpan of wok, en bak de groenten 5 minuten, voeg de honing toe en glaceer nog voor 5 minuten met deksel op de pan, totdat de groenten beetgaar zijn. Maak de groenten op smaak met peper en zout.

Leg de kabeljauw in het midden van het bord, schep de saus eromheen en verdeel de groente naast de vis. Dit gerecht is lekker met aardappelgratin.

