

Recept Gebakken gepaneerde vis: algemeen

Recept

_____ stuks	4 stuks	grondstof	bijzonderheden
	4 stukken	visfilet zonder huid	van ca. 125 gram
		bloem	
		eiwit	losgeklopt met iets zout en olie
		paneermeel	
		peper	
		zout	of gemengde viskruiden

Werkwijze

Voorbereidende werkzaamheden:

- Vul je werkvoorbereidingsformulier in.
- Stel eventueel de apparatuur in.
- Maak je werkplek gereed.

Mise-en-place:

- Was de vis en dep deze droog met keukenpapier.
- Assaisonneer (kruid) de vis.
- Paneer de vis à l'anglaise.
 - Druk de vis in de bloem.
 - Haal de vis door het eiwit.
 - Druk de vis in het paneermeel en druk hem aan.
- Bewaar de vis, afgedekt, op een plaatje in de koelkast.

Afwerking/serveren:

- Stel een frituur in op 170°C.
- Bak de vis hierin gaar en goudbruin.
- Laat de vis na het bakken even uitlekken op keukenpapier.
- Gepaneerde vis moet krokant doorgegeven worden. Serveer direct na het bakken.
- Serveer de vis op een servet.
- Voeg de garnering toe: een toef peterselie en een schijf citroen op de vis.

Opmerking:

- Dunne vis is snel gaar.
- Gebruik de frituur alleen maar voor vis omdat deze anders andere gerechten een vissmaak geeft.

Afrondende werkzaamheden:

- Laat je gerecht(en) beoordelen.
- Ruim je werkplek op.
- Verzorg de keuken.