

Recept Gepocheerde vis: algemeen

Recept

_____ stuks	4 stuks	grondstof	bijzonderheden
	4 stukken	visfilet of moten	van ca. 150 gram
		visbouillon	zoveel bouillon dat de vis onder de bouillon staat
	100 gram	ui	gesnipperd
		witte wijn	
		citroensap	
		geklaarde boter of margarine	

Werkwijze

Vorbereidende werkzaamheden:

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



Mise-en-place:

- Modelleer zo nodig de visfilets (vouwen of oprollen).
- Smeer een vuurvaste schaal in met boter of margarine.
- Strooi er de gesnipperde ui in.
- Leg hierop de gemodelleerde visfilets of de moten vis
- Besprenkel de vis met witte wijn en citroensap.
- Zet de vis tot de helft onder de visbouillon.
- Bedek de vis met een beboterd bakpapier.
- Zet de schaal in een oven op 140°C of op een laag vuur.
- Pocheer de vis gaar.

Afwerking/serveren:

- Gepocheerde tongfilet met druiven en witte wijnsaus: pel de druiven
- Gepocheerde kabeljauw met Hollandaise saus.

Opmerking:

- De pocheertijd is afhankelijk van de grootte van de vis.
- Van de bouillon kan goed de begeleidende saus worden gemaakt.

Afrondende werkzaamheden:

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