

Docent : Thooft Rita

Papilote met zalm en gestoofde groenten
BENODIGDHEDEN : 4 PERS.

600 gr zalmfilets , 4 blaadjes boterpapier, 1 dl gevogeltefond , 2 dl witte wijn , een weinig dragon, 2 sjalotjes , 2 wortelen , 100 gr champignons , 1 ui ,1/2 dl arachideolie.



BEREIDING

- De wortelen , de ui en de champignons reinigen en in julienne snijden.
- De sjalotten pellen en fijn versnipperen.
- De dragon plukken en een deel van de blaadjes fijn hakken.
- Boter in een pannetje laten smelten en daarin de worteljulienne laten sueren.

- De gehakte dragon toevoegen en afkruiden met pezo en 2 min. laten frémiren.
- De zalm van de overige graatjes verwijderen en in 12 repen snijden van 1 cm
- Het boterpapier in hartvorm snijden.
- De julienne van de groenten op het papier schikken en daarop de stukjes zalm leggen , afkruiden met pezo en met fijn versneden sjalot bestrooien ,daarop 3 blaadjes dragon per papillote leggen.
- Per papillote 2 eetl. witte wijn en 1 eed. gevogeltefond opvullen.
- Op een licht geoliede schotel leggen en in een voorverwarmde oven van 250 C voor 7 min. laten garen.
- Voor het opdienen een Papilote op elk bord leggen en deze aan de tafel opensnijden.
- Apart kunnen gestoomde aardappelen en blanke botersaus bij geserveerd worden.