



THE MASTERCOOKS OF BELGIUM



photo: Michel Verpoorten

Chef

David Grosdent

Recept

Noordzee pladijs – courgettes uit de tuin – verse kappertjes –
sap van gefermenteerde groenten



THE MASTERCOOKS OF BELGIUM

Ingrediënten

4 pladijzen

Sap van gefermenteerde groenten:

- ½ bloemkool
- 2 wortelen
- 1 raap
- 1 lookteentje
- grof zout

Courgettes:

- 1 groene, 1 gele en 1 witte courgette
- 4 mini courgettes
- Courgettebloem
- 4 courgettebloemen
- 100 g kant-en-klaar tempuradeeg (aangekocht in Aziatische voedingswinkel)

Kappertjes:

- 100 g verse kappertjes
- sushi-azijn
- chardonnayazijn

Fumet

- 30 cl ingekookte fumet
- 10 cl room

Afwerking:

- Huacatay (Peruaanse zwarte munt)
- Gedroogd poeder van peterselie, tuinkers en kervel

Bereiding

Sap van gefermenteerde groenten: Was en schil de groenten en het lookteentje. Draai er sap van in de sapcentrifuge. Giet over in bokalen die je hermetisch kan sluiten. Vul de bokalen tot 3 cm van het deksel. Voeg er een eetlepel zout aan toe of naar smaak. Sluit de bokaal goed af. Laat 3 tot 7 dagen fermenteren naargelang de temperatuur, tussen 20 en 25°C. Meng 1 tot 2 keer per dag door de bokaal licht te schudden. Na enkele dagen zullen er belletjes vormen. Als er



THE MASTERCOOKS OF BELGIUM

voldoende belletjes zijn, giet het sap over in flessen die je goed kan sluiten, type limonadefles met beugel, tot 5 cm van de fles mond. Bewaar tussen de 12 en 15°C.

Courgettes:

Haal bolletjes van verschillende afmetingen uit de 3 courgettes met een parisiënelepel. En glaceer ze.

Stoof de resten van de courgettes aan, deglaceer met een beetje fond en pureer. Breng verder op smaak. Giet over in een knijpfles.

Bak de minicourgettes op de plancha.

Vis:

Fileer de vissen. Maak een klassieke fumet met de graten. Laat inkoken tot 30 cl en voeg er de room aan toe.

Courgettebloem:

Snij de courgettebloemen in de lengte in twee.

Maak een glad deegje met de tempura. Dompel er de courgettebloemen in onder. Frituur in frituurolie tot de tempura goudbruin is. Hou apart.

Kappertjes:

Marineer de kappertjes in een beetje sushiazijn en chardonnayazijn.

Bak de visfilets aan en laat ze vervolgens 3 minuten garen in de oven op 190°C.

Afwerking

Verdeel de filets over de borden. Leg er enkele geglaceerde courgetteballetjes op. Spuit er toefjes puree op.

Lepel er wat gemarineerde kappertjes op. Leg er de gebakken mini-courgettes op en een courgettebloem in tempuradeeg. Werk af met huacatay en gedroogd kruidenpoeder.