

Vis en broccoli uit de stoomoven



Velthuizen
KEUKENS

🕒 30 minuten

👥 4 personen



Stap 1 | Wat hebben we nodig?

2 sjalotten
4 takjes tijm
1 el olie
500 ml droge witte wijn
50 ml slagroom
4 forelfilets
1 broccoli

Stap 2 | Bereiden

Begin met maken van de saus. Pel de sjalotten en snijd ze in ringen. Was de tijm en schud het goed droog. Verhit een eetlepel olie in een pan en fruit de sjalotten zo'n 4 minuten aan. Voeg dan de tijm en de witte wijn toe. Laat het geheel inkoken tot de helft. Was en snijd ondertussen de broccoli, doe deze in de stoomschaal en pak een aparte stoomschaal voor de vis. Bestrooi de vis met een beetje zout en peper. Wij legden ook een schijfje citroen op de vis. De broccoli mag samen met de vis de stoomoven in. Stoom op 90 graden voor 10 minuten. Dan maken we de saus af. Zeef de saus en giet terug in de pan. Verwarm hem opnieuw. Haal de pan van de warmtebron en voeg 100 gram koude boter in stukjes toe. Maak de saus glad met de staafmixer en breng op smaak met zout en peper.



Stap 3 | Aan tafel

Eet smakelijk!