

## INHOUD

- Basis** Producten & hulpmiddelen 4 ♦ **Vis** De beste vis en de juiste snijtechnieken 6 ♦ Roodbaars op Peruaanse wijze 8 ♦ Zeebrasem met gazpacho 10 ♦ Zeebrasem met yuzu 12 ♦ Zeebaars met perzik 14 ♦ Zeebrasem met vijgen en feta 16 ♦ Tiradito van griet 18 ♦ Op Mexicaanse wijze 20 ♦ Zeebaars met paddenstoelen 22 ♦ Gerookte schelvis 24 ♦ Sardine met vijgen 26 ♦ Zalm met mango 28 ♦ Wijting met appel 30 ♦ Ombervis met ratatouille 32 ♦ Zeebrasem met druiven en wasabi 34 ♦ Zeebaars met kokos 36 ♦ Tonijn met wasabi en rode biet 38 ♦ Zeebaars met boeddha's vinger 40 ♦ Tonijn met huacatay 42 ♦ Makreel met peer 44 ♦ **Zeevruchten** Inktvis met harderkuit 46 ♦ Sint-jakobsvruchten met passiefruit 48 ♦ Warme scheermessen 50 ♦ Tijgergarnalen 52 ♦ **Vlees** Kalfsvlees met enoki 54 ♦ Kalfsvlees met oestersaus 56 ♦ Tiradito van rundvlees 58 ♦ **Groenten** Rauwe bieten met appel, feta en limoen 60 ♦ Paprika's 62 ♦ **Toegift** Avocado, Zoete aardappel met cheddar, Quinoa met mango 64 ♦ Peruaanse rijstebrij, Empanada's met appel 66 ♦ Pisco sour 68 ♦ Leche de tigre 70 ♦

# VIS

## DE BESTE VIS EN DE JUISTE SNIJTECHNIEKEN



### Bij de vishandelaar

De kwaliteit van de ceviche hangt af van de gebruikte vis. Je moet ultraverse vis van uitstekende kwaliteit kopen. Kies daarom een goede vishandelaar en laat hem de vis fileren. Controleer thuis de vis nog op achtergebleven graatjes en verwijder deze (met een vispincet).

### Vis snijden

Leg de visfilets een kwartiertje in de diepvries. Je kunt de filets dan gemakkelijker in plakjes snijden en zo blijft de vis het beste vers tot je hem serveert.

### ① In plakken snijden

Leg de visfilet op de snijplank. Neem een heel scherp mes en snijd dunne plakken van de vis door het mes schuin te houden. Probeer indien mogelijk plakken met een dikte van 3 tot 4 mm te snijden.

### ② In blokjes snijden

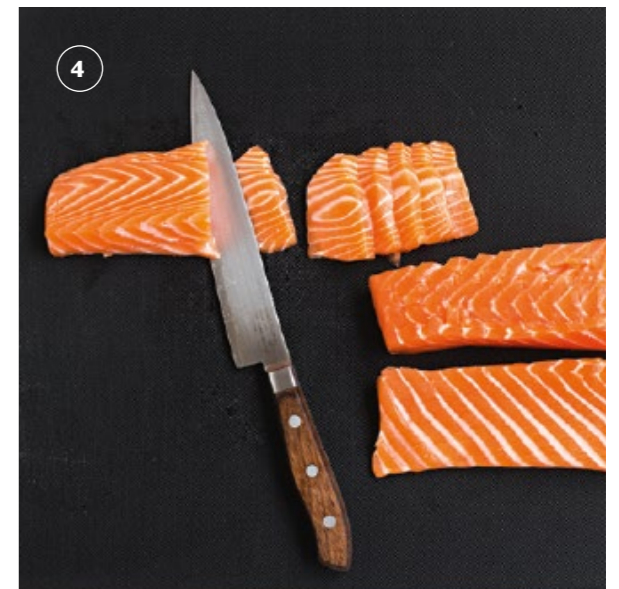
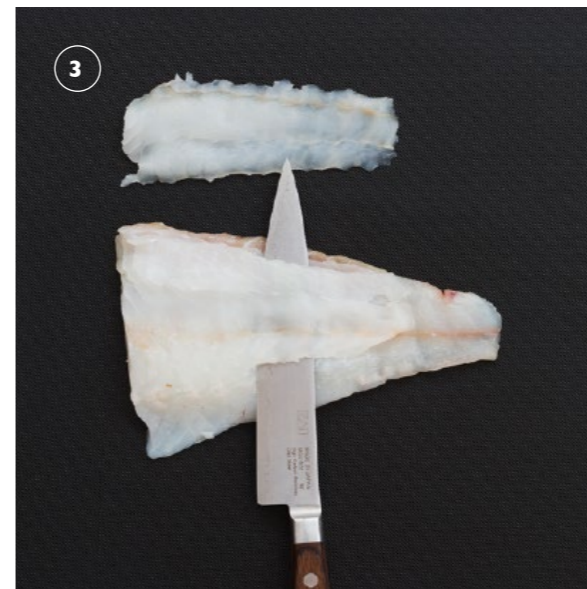
Leg de visfilet op de snijplank. Neem een heel scherp mes en snijd de filet overlangs in repen van 1 cm breed. Snijd de repen vervolgens in blokjes van 1 x 1 cm.

### ③ In flinterdunne plakjes snijden

Leg de visfilet op de snijplank. Neem een heel scherp mes en snijd de filet horizontaal in flinterdunne plakjes. Houd het mes parallel met de snijplank. Om ervoor te zorgen dat je plakjes met een egale dikte krijgt, houd je de visfilet met je andere hand tegen. Leg je hand voor het mes en schuif voorzichtig samen met het mes op.

### ④ Zalm en tonijn snijden

Zorg ervoor dat alle vel en graten zijn verwijderd. Snijd de zalm- of tonijnfilet in stukken van ongeveer 5 cm breed en snijd die in plakken van ongeveer 3 mm dik.





# CEVICHE VAN ZEEBRASEM MET GAZPACHO EN INGEMAAKTE PAPRIKA



VOOR 4 HAPJES

BEREIDING: 40 MINUTEN

## Voor de ingemaakte paprika's

1 rode paprika  
1 groene paprika  
1 gele paprika  
1 tomaat  
1 teentje knoflook  
olijfolie

## Voor de gazpacho

5 rode, rijpe tomaten  
½ komkommer  
½ rode of groene paprika  
1 teentje knoflook  
2 el sherryazijn  
een snufje piment d'Espelette  
olijfolie  
zeezout, versgemalen peper

## Voor de vis

1 zeebrasem van ca. 600 g  
(gefileerd, zonder vel)  
het sap van 2 limoenen  
enkele blaadjes munt

◆ Bereid eerst de paprika's. Verwijder de zaadlijsten van de paprika's en de tomaat en snijd het vruchtvlees in stukken. Pers de gepelde knoflook. Bak alles 20 minuten in een braadpan met een scheut olijfolie op laag vuur.

◆ Maak dan de gazpacho. Snijd de tomaten, de komkommer, de paprika en de knoflook in stukken en pureer ze samen fijn. Zeef het mengsel, zodat je alleen het sap overhoudt. Breng op smaak met de sherryazijn, het piment d'Espelette, een scheut olijfolie, zout en peper.

◆ Snijd de visfilets schuin in plakken van 3 mm (zie pag. 6) en verdeel ze over vier borden. Besprenkel met het limoensap. Schep de gazpacho over de vis en schep daarop de ingemaakte paprika's. Bestrooi met de fijngehakte muntblaadjes en breng op smaak naar wens.



# TIRADITO VAN GRIET



VOOR 4 HAPJES

BEREIDING: 30 MINUTEN (15 MINUTEN

VOOR DE CEVICHE, 15 MINUTEN

VOOR DE LECHE DE TIGRE)

1 griet van ca. 600 g (gefileerd,  
zonder vel)

sap van 2 limoenen

4 el leche de tigre (zie pag. 70)

1 rode ui

2 stengels bleekselderij

chilipuree (milde Peruaanse aji

amarillo of Aziatische, zie pag. 5)

fijn zout

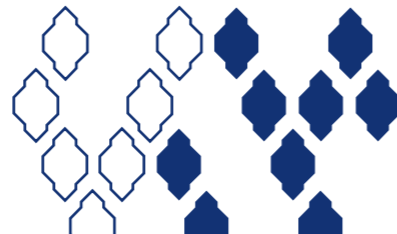
versgemalen peper

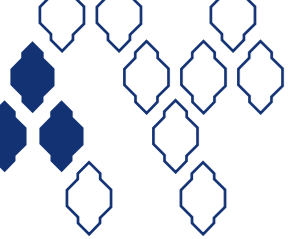
Tiradito is een Peruaans gerecht van flinterdunne plakjes rauwe vis met een pittige chilisaus.

◆ Snijd de grietfilets horizontaal in flinterdunne plakjes van circa 2 mm (zie pag. 6).

◆ Verdeel de plakjes griet over vier borden. Besprenkel met het sap van de limoenen en voeg aan elk bord 1 eetlepel leche de tigre toe.

◆ Pel de ui en snijd hem samen met de bleekselderij in blokjes van 3 mm. Verdeel over de borden. Voeg nog een mespuntje chilipuree toe en breng op smaak met zout en peper.





# CEVICHE VAN ZEEBAARS MET KOKOS EN KAFFERLIMOEN



VOOR 4 HAPJES

BEREIDING: 45 MINUTEN

RUSTTIJD: 30 MINUTEN

## Voor de marinade

1 sjalotje

1 stuk gember van 2 cm

1 dl kokosroom

1 snufje piment d'Espelette

2 kafferlimoenen (Aziatische citrusvrucht, zie pag. 4)

sap van 1 limoen

zeezout

## Voor de ceviche

½ rode ui

½ rode paprika

2 bietjes (indien mogelijk in verschillende kleuren)

1 zeebaars van 800 g tot 1 kg (gefileerd, zonder vel)

1 el granaatappelpitjes

½ bosje koriander

het sap van 1 limoen

zeezout

piment d'Espelette

◆ Maak eerst de marinade. Pel het sjalotje, schil de gember en snijd alles in blokjes. Doe de blokjes in een kom. Voeg de kokosroom, het piment d'Espelette, de schil en het sap van de kafferlimoenen, het limoensap en een snufje zeezout toe. Laat 30 minuten trekken en zeef de marinade.

◆ Pel de rode ui en snipper hem. Verwijder de zaadlijsten van de rode paprika en snijd het vruchtvlees in blokjes. Snijd de rauwe bieten in flinterdunne plakjes en breng op smaak met het limoensap.

◆ Snijd de vis in plakken van 3 mm (zie pag. 6). Verdeel ze over vier borden. Voeg een scheutje van de kokosmarinade toe. Schep op elk bord een theelepel van de blokjes paprika en ui. Strooi er de granaatappelpitjes over en voeg een snufje zeezout, een snufje piment d'Espelette en de fijngehakte koriander toe. Garneer met de bietenplakjes.



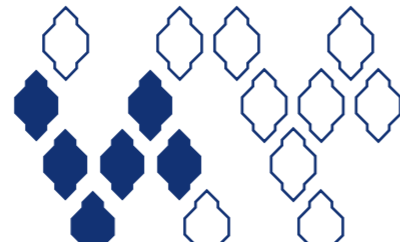
# CEVICHE VAN WARME SCHEERMESSEN



VOOR 4 HAPJES  
VOORBEREIDING: 15 MINUTEN  
BEREIDING: 3 MINUTEN

500 g rijpe kerstomaten  
2 teentjes knoflook  
1 bosje peterselie  
20 scheermessen  
4 cl witte wijn  
het sap van 2 limoenen  
olijfolie  
zeezout  
versgemalen peper

- ◆ Snijd de kerstomaten in vieren. Pel de knoflook en hak hem fijn. Hak de peterselie fijn. Meng alles in een kom.
- ◆ Spoel de scheermessen grondig af. Verhit een scheut olijfolie in een grote braadpan en voeg de mesheften en de wijn toe.
- ◆ Voeg het limoensap en het tomatenmengsel toe wanneer de scheermessen opengaan en laat 3 minuten afgedekt sudderen. Breng op smaak met zout en peper en serveer.



# CEVICHE VAN KALFSVLEES MET ENOKI



VOOR 4 HAPJES  
VOORBEREIDING: 15 MINUTEN  
BEREIDING: 8 MINUTEN

300 g enoki (Japanse paddenstoelen,  
te koop in Aziatische supermarkten)  
300 g kalfsfilet  
het sap van 2 limoenen  
een handvol gepelde hazelnoten  
of pistachenoten  
olijfolie  
zeezout  
versgemalen peper

- ◆ Maak de enoki schoon en bak ze 8 minuten in een braadpan met een scheut olijfolie op hoog vuur (ze moeten goudbruin maar nog wel stevig zijn).
- ◆ Snijd de kalfsfilet in flinterdunne plakjes en verdeel ze over vier borden.
- ◆ Overgiet het vlees met het limoensap en verdeel er de paddenstoelen over. Breng op smaak met een snufje zout, peper en de fijngehakte noten.

