

# MERINGUE MET KOKOSBLOESEM-SUIKER

## Ingrediënten

- 125 g eiwit
- 50 g fijne rietsuiker
- 200 g kokosbloesemsuiker

## Bereiding

- *Klop het eiwit heel stevig op met de rietsuiker.*
- *Meng er voorzichtig de kokosbloesemsuiker bij.*
- *Spuut in de gewenste vorm en schuif in de oven die op 120 graden is voorverwarmd. Steek een houten lepel tussen de ovendeur zodat deze op een kier blijft en het vocht kan ontsnappen.*
- *Wens je de meringue nog een beetje smeugig binnenin, haal ze dan na een dik uur uit de oven. Wens je ze door en door droog, laat dan minstens 2 uur in de oven.*

## Ingrediënten

- 250 g ongepelde garnalen
- olijfolie
- 1 wortel
- peterseliestengels
- laurierblaadjes
- tijm
- peperbollen
- 400 g koolvis
- 2 sjalotjes
- 1 teentje look
- 1/2 cm gember
- 1/4 courgette
- 2 stengels citroengras
- witte wijn
- 1/4 rood pepertje
- 2 witte champignons
- 1 limoen
- enkele broccoliroosjes
- verse koriander

## Bereiding

- *Maak eerst een fumet van de garnaalschelpen door deze lichtjes aan te stoven in een beetje olijfolie. Blus met 2 glazen water. Snij de helft van de wortel fijn, doe deze erbij samen met enkele stengels peterselie, een blaadje laurier, een takje tijm en enkele peperbolletjes. Laat een kwartiertje zachtjes sudderen en giet dan door een zeef.*
- *Sjalotjes, look en gember fijnsnijden en aanstoven in een bodempje olijfolie, zonder te kleuren.*
- *Wortel en courgette in fijne blokjes snijden en bij de sjalotjes voegen zachtjes aanstoven, niet laten kleuren.*
- *Voeg er een half glas witte wijn bij en de fumet van garnaalschelpen.*
- *Van het citroengras harde buitenste bladeren verwijderen, overlangs doorsnijden en bij de saus voegen.*
- *Laat 10 minuutje zachtjes koken, fijngesneden rood pepertje bijdoen, de in schijfjes gesneden champignons en de kokosmelk.*
- *Stoom de koolvis apart met de broccoli roosjes.*
- *Werk de saus af naar eigen smaak met het sap van een halve limoen, citroengras verwijderen en eventueel bijkruiden.*
- *Serveer in een diep bord, eerst de saus met de groentjes, de vis en broccoli erop schikken, gepelde garnaaltjes erbij en overstrooien met grof gehakte koriander.*



## KOOLVIS GARNALEN MET CITROENGRAS IN KOKOS

