

Tarbot



Hoofdgerecht

vis

4 personen

Land: Engeland

Bereidingstijd: 45 minuten

Seizoen: augustus t/m maart



Ingrediënten

- 1 hele tarbot van 2 kilo - onschubt en schoongemaakt
- 100 gr ongezouten boter
- scheut olijfolie
- 600 gr kerstomaatjes
- 2 el kappertjes
- 4 takjes tijm + 4 laurierblaadjes
- zeezout en versgemalen zwarte peper
- 1 citroen waar je met een zester citroensliertjes van trekt en dan in schijfjes snijdt

Bereidingswijze

1. Vet een braadslee voldoende bemeten om de tarbot te herbergen in met olijfolie. Strooi zeezout en versgemalen peper op de geoliede braadslee. Leg de tarbot met de zwarte huid

naar boven in de braadslee. Strooi nu zout en peper over de donkere huid van de vis. Leg daar weer boven op de boter in kleine blokjes. Leg de kerstomaatjes, kappertjes, de blaadjes van de tijm en laurierblaadjes rond de vis.

2. Doe de braadslee in een hete voorverwarmde oven op 220 ° C en bak 35 minuten tot de vis net gaar is en de tomaten worden open springen.
3. De zwarte huid van de tarbot er af trekken maar niet weggooien want die is zo lekker net als het witte vlees eronder. Eenmaal gaar, kun je het vlees van tarbot eenvoudig optillen. Verwijder de bovenste twee filets - een paletmes is een handig hulpmiddel. verwijder de graat om de onderste filets te kunnen pakken. Serveer de vis met de tomaten en al hun boterachtige, zout-zoete kappertjes en eventueel citroenschijfjes

Tenslotte

Hoewel verse tarbot het hele jaar aangevoerd wordt, is de vis niet in grote aantallen verkrijgbaar. Tegenwoordig is ook kweektarbot verkrijgbaar. Qua smaak en textuur is het verschil moeilijk waar te nemen. De smaak van de wilde tarbot is iets uitgesprokener en de textuur is vaster. In Nederland zijn twee tarbotkwekerijen. De tarbot leeft voornamelijk van andere vissen en heeft dan ook een grote, sterke bek met spitse tanden. Qua uiterlijk worden tarbot en griet nogal eens verward. Tarbot is ronder van vorm en heeft op de donkere zijde duidelijk voelbare beenknobbels. Voor **Tarbot met sauce vierge** kerf je het zwarte vel van 1 (kweek) tarbot kruislings in. Maak een zoutmengsel van 1 el grof zout, 1 dessertlepel venkelzaad, 1 dessertlepel tijmblaadjes en 1 tl gedroogde oregano en wrijf dat met wat olijfolie op de huid en in de sneden. Doe dat ook aan de kant met het witte vel. Verwarm de ovengril op heet en zet de tarbot met de donkere kant boven op een bakplaat met bakpapier, vijf minuten onder de hete grill. Daarna overschakelen op oven, 200 graden - na ongeveer een kwartier (afhankelijk van de dikte) is de vis gaar (controleer even bij de sneden of het vlees tot op de graat ondoorzichtig is). Snijd intussen 2 rijpe tomaten zonder zaad in blokjes, 4 ansjovisfilets in kleine stukjes, 1 teentje knoflook in piepkleine snippertjes en doe dat met 1 dl hele goede olijfolie en het sap van een halve citroen in een pannetje. Warm het even op vlak voor de vis wordt opgediend - niet doorkoken, alleen even warm maken. Leg de tarbot op een grote ronde schaal, roer fijngehakte peterselie door de sauce vierge en lepel wat van de saus over de vis. Geef de rest van de saus erbij. Tot slot **Tarbot met Vermouthsaus** voor **2** personen. Spoel 2 tarbotfilet af onder koud water en dep ze droog. Bestrooi de tarbot met peper en zout. Meng 4 el olijfolie met 1 el citroensap en besprenkel de vis ermee. Pel voor de saus 1 sjalotje en 1 teentje knoflook en snipper ze fijn. Verhit 1 el boter en fruit hierin het sjalotje en de knoflook. Voeg 1 laurierblad, 6 peperkorrels, 1/2 dl witte wijn en 2 dl visfond of visbouillon toe en laat het tot de helft inkoken. Zeef de vloeistof en breng deze aan de kook met 2 el Vermouth. Roer 100 gr boter in blokjes met de garde of staafmixer erdoor. Houd de saus warm zonder te koken. Rooster de visfilets onder een voorverwarmde grill in de oven of in een hete grillpan 2-3 minuten per kant, afhankelijk van de dikte van de filets. Serveer de gegrilde tarbot met de Vermouthsaus. I.p.v. Vermouth kun je ook Noilly Prat of Pernod gebruiken.