

== Gegratineerde koolvisfilet met spinazie ==

Ordernummer: _____

== Ingrediënten (4 personen) ==

1 kg aardappelen voor puree

600 g koolvishaasje

450 g verse spinazie

600 ml melk

200 ml visbouillon

3 eidooiers

50 g bloem

100 g boter

100 g geraspte Gruyère

extra klontje boter

peper, zout en nootmuskaat

== Zo maak je het ==

1. Maak de puree: Kook de aardappelen gaar in licht gezouten water, giet ze af en pureer ze met een pureestamper. Meng 50 g boter door de warme aardappels en meng er ook de eidooiers doorheen. Kruid met peper, zout en nootmuskaat.
2. Maak de saus: Smelt om te beginnen de boter in een pot en voeg er de bloem bij. Roer met een garde en laat het mengsel boter - bloem een paar minuutjes "bakken" in de pot. Zorg er wel voor dat het mengsel niet verkleurt. Voeg dan ongeveer een derde van de melk toe en roer meteen goed met de garde. Als het boter - bloem mengsel de melk heeft opgenomen voeg je geleidelijk de rest van de melk toe en de visbouillon. Roer steeds goed, laat aan de kook komen en laat dan enkele minuutjes zachtjes doorkoken zodat de bloem goed oplost en je een zachte saus krijgt. Kruid met peper en zout. Haal van het vuur en roer er 50 g geraspte kaas doorheen.
3. Spoel de spinazie en stoof hem aan in een klein klontje boter totdat de blaadjes goed geslonken zijn. Kruid met zout, peper en nootmuskaat.
4. Vul één zijde van de ovenschotel met de puree, je kan hem erin scheppen of in torentjes spuiten met een spuitzak voor een vrolijker effect.
5. Leg daarna de spinazie in de ovenschotel, en daarbovenop de visfilet (rauw) die je met wat zout kruidt. Bedek de vis met de saus en bak de ovenschotel ongeveer 30 minuten op 180 graden.

Tip

Strooi bovenop nog wat extra geraspte kaas en gratineer de schotel de laatste vijf minuten in de oven onder de grill.