

Rog met Pompoen en Xeressaus

Ingrediënten

Nodig voor twaalf :

pompoen

12 rogvleugels of 12 moten rog op de graat +/- 150gr

3 citroenen

olijfolie

platte peterselie

kervel

bieslook

boter

peper/zout

balsamico

Saus :

4,5 dl xeresazijn

3 dl visfumet

3 dl gevogeltebouillon

3 dl kalfsbouillon

200 g boter

6 theelepels kappertjes (facultatief)

Bereidingswijze

POMPOEN

Snijd 12 staafjes pompoen van 6 cm op 2 cm en bak ze in de pan in een beetje Alpro soya Bakken & Braden.

- blus met de balsamicoazijn (6 el balsamicoazijn)

Prei

Snij de prei in fijne julienne. Was de groente en zwier ze droog

Opbakken in olijfolie

Rog:

Kruid de rogvleugels met peper en zout.

Bak in 150g boter goudbruin. Houd de vis warm

De vis met de graten bakken in boter (stomen of pocheren naargelang de voorkeur).

De Xeressaus bereiden :

Xeresazijn tot siroop inkoken, visfumet, gevogeltebouillon en kalfsbouillon toevoegen en alles enkele minuten op groot vuur inkoken.

200 g boter in een pannetje smelten tot de boter schuimt en door de saus kloppen.

Eventueel kappertjes bij de saus doen.

De rog ,op een bedje van prei, en de pompoen op warme borden schikken.

De vis overgieten met saus en garneren met kruiden, platte peterselie,,kervel en bieslook.