

Verstegen recepten service

Dorade Op gesmoorde lamsoren 10 personen

Ingrediënten

- 1,5 kg Dorade (filet)
 - 750 gram Lamsoren
 - 100 gram Mosterd (grove)
 - 500 gram Uien rood (gesnipperd)
 - 1 fles Verstegen Witte wijnsaus
 - 100 gram Verstegen World Grill Méditerrané
 - Verstegen Brassica koolzaadolie Culinair
-

Bereidingswijze

- o Portioneer de doradefilet en marineer deze met de afgewogen hoeveelheid World Grill Mediterrane.
 - o Spoel de lamsoren en verwijder de steeltjes.
 - o Verhit wat Brassica koolzaadolie Culinair in een pan en fruit hierin de gesnipperde rode ui.
 - o Voeg de Witte wijnsaus toe en breng dit aan de kook.
 - o Roer de afgewogen hoeveelheid grove mosterd er doorheen en direct terug koelen.
 - o Presenteer de gemarineerde doradefilet op gewenste wijze.
 - o Bij verkoop lamsoren en witte wijnmosterdsaus apart bij verpakken.
-

Consumenten bereidingsadvies

Bak de gemarineerde doradefilet in een koekenpan op middelhoog vuur gedurende 6 à 8 minuten.
Verhit wat olie of boter in een pan en roerbak hierin de lamsoren gedurende 2 à 4 minuten.
Schep de witte wijnmosterdsaus door de lamsoren en laat alles op laag vuur warm worden, serveren bij de gebakken doradefilet.

Serveertip

Lekker met wat aardappel-knolselderij puree.
