

T'Hoofst wenst u smakelijk eten !

Gambaspiesjes (voor 4 personen)

Benodigdheden:

500 gram gamba's
2 eetlepels sesamololie of olijfolie
1 fijngehakt teentje knoflook
1 eetlepel ketjap
1 koffielepel sambal oelek
vers gemalen peper en zout

Bereiding:

Meng de olie met de look, ketjap, sambal, peper en zout.
Pel de gamba's en leg ze in een kom. Vermeng ze met marinade. Laat alles tenminste 30 minuten rusten in de koelkast.
Steek de gamba's op een grillpen (6 à 7 stuks per pen).
Grill de spies op een middelmatig vuur gaar op de barbecue.

Makreel "en papillotte"

Benodigdheden:

1 verse makreel
2 eetlepels grove mosterd
2 eetlepels appel- of perenstroop
1 eetlepel zonnebloemolie
aluminiumfolie

Bereiding:

Vouw een stuk aluminiumfolie dubbel zodat het wat steviger wordt. Wrijf de folie in met de olie.
Smeer de buikholte en de buitenkant van de makreel in met de mosterd. Giet de stroop in de buikholte.
Vouw de aluminiumfolie als een omslag rond de vis. Zorg er voor dat de sluiting aan de bovenzijde zit. Het pakketje kan op de barbecue gelegd worden: na 15 tot 20 minuten is de makreel gaar.

Forel (voor 4 personen)

Benodigdheden:

4 forellen
grof zout
olijfolie met rozemarijn of basilicum

Bereiding:

Giet koud water in een platte kom en los er het zout in op (het mag vrij zout zijn).
Spoel de forel schoon onder de kraan en leg ze vervolgens in het zoute water.
Laat de vis hier ongeveer 30 minuten in liggen, haal ze er vervolgens uit en droog ze goed af.
Smeer daarna de huid in met de olijfolie en grill de forel met behulp van een vistang op de barbecue.
(Als u geen vistang heeft leg dan aluminiumfolie op de barbecue en braad hierop de vis gaar.)

Gemarineerde zalm

Benodigdheden:

0,75 deciliter (7,5 centiliter) sojasaus
0,75 deciliter (7,5 centiliter) vers sinaasappelsap
4 eetlepels honing

1 fijngehakte ui
1 theelepel gemberpoeder
1 theelepel knoflookpoeder
750 gram zalmfilet

Bereiding:

Doe alle ingrediënten, behalve de zalm, in een zelfsluitende plastic zak en vermeng het geheel door goed te schudden.

Doe daarna de zalm erbij en verdeel het mengsel over de zalm. Sluit de zak. Laat 30 minuten in de koelkast marinieren. Draai de zak af en toe om.

Haal de zalm uit de marinade en leg deze op de barbecue, eventueel op aluminiumfolie.

Lepel de laatste 5 minuten nog wat van de marinade over de zalm.

Gegrilde Makreel met verse tuinkruiden

Benodigdheden:

4 schoongemaakte makrelen
2 eetlepels basilicum
1 eetlepel koriander
1 eetlepel bieslook
1 eetlepel dragon
1 eetlepel dille
Voor de kruidendressing:
5 eetlepels olijfolie
1 sjalotje
4 tomaten
4 eetlepels rode wijn
1 eetlepel citroensap
zout en peper

Bereiding:

Snijd de makrelen aan beide zijden op de huid 3 of 4 keer in.

Hak de basilicum, koriander, dragon en dille fijn en snijd de bieslook in kleine stukjes. Stop in elke kerf wat kruiden, maar houd 2 eetlepels kruiden achter voor de dressing. Laat de kruiden minstens een uur intrekken.

Snipper de sjalot, ontvel de tomaten, verwijder de pitten en snijd in blokjes. Meng de ingrediënten voor de dressing met de overgebleven 2 eetlepels kruiden.

Grill de makrelen in 10 tot 12 minuten gaar op een hete barbecue. Draai ze halverwege een keer om.

Serveer de makreel met de dressing.

Zalmpakketjes met gedroogde tomaat

Benodigdheden:

4 zalmfilets van ongeveer 125 g
4 eetlepels droge witte wijn
8 gedroogde tomaatjes op olie
4 eetlepels parmezaanse kaas
2 eetlepels pijnboompitten
2 eetlepels basilicum
zout en peper
bakpapier (of aluminiumfolie)

Bereiding:

Neem 4 stukken bakpapier (of aluminiumfolie) en leg op elk stuk een zalmfilet. Besprenkel de zalm met de wijn en kruid met peper en zout.

Snijd de tomaatjes in stukjes, rasp de parmezaanse kaas en rooster de pijnboompitten. Meng de tomaatjes met de parmezaanse kaas, pijnboompitten en basilicum en verdeel dit over de zalm. Vouw de pakketjes goed dicht en leg ze 10 minuten op een niet al te hete barbecue.