

Sole a l' Ostendaise - Zeetong op Oostendse wijze.

Naar het recept van R. Parmentier. Keukenchef Casino Kursaal Oostende.(1968)

Garnituur:

- ❖ Gekookte mosselen, ontbaard. Kookvocht houden voor de saus.
- ❖ Oostendse Noordzeegarnalen.
- ❖ Gedraaide champignons. (zie afbeelding)



- ❖ Half maantje in bladerdeeg.

Bereiding:

De zeetongen in een geboterde schaal leggen. Bevochtigen met visfumet en witte wijn.

- ❖ Visfumet: aftreksel van visgraten, water, witte wijn, tijm, laurier, gesneden ui en selder, geplette peperkorrels en zout.

Als de tong gaar is deze op een schaal leggen en ontdoen van de fijne zijgraatjes. De tong op een dienstdischot leggen omrand met mooi bruin gekleurde hertoginneardappelen.

- ❖ Voor de saus: het kookvocht van de tong met het mosselvocht tot een derde laten inkoken, lichtjes binden met beurre manié
- ❖ Beurre manié = Boter met bloem, koud gemengd.

De saus door een fijne zeef passeren, afwerken met enkele druppels citroensap en een nootje boter afsmaken.

De garnituur over de tong schikken, oversauzen en versieren met het halve maantje.