

December is door het Nederlands Visbureau verkozen tot 'de maand van de garnaal'. Voor de rubriek Vissoort bereid geeft het Visbureau twee feestelijke recepten prijs.

TEKST EN BEELD: VISRECEPTEN.NL



Garnalencocktail met komkommer

Gerecht voor vier personen

Ingrediënten:

- 200 g Hollandse garnalen
- ½ kleine komkommer
- ½ sinaasappel
- 2 eetlepels verse dille (fijngehakt)
- 75 g waterkers
- 100 g Griekse yoghurt
- 2 eetlepels olijfolie extra vierge
- mespunt chilipoeder
- zout en versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze:

Schil de komkommer en snijd het stuk in de lengte doormidden. Schraap de zaadjes eruit en snijd de komkommer in kleine blokjes. Rasp één theelepel oranje schil van de sinaasappel en pers de sinaasappel uit. Schep in een kom de komkommer met de geraspte sinaasappelschil, dille en twee eetlepels sinaasappelsap door elkaar. Breng het mengsel op smaak met zout en peper. Verwijder de grove takjes uit de waterkers. Leg in vier rechte (whisky)glazen een laagje van waterkersblaadjes. Schep de helft van de garnalen erop en verdeel de komkommer erover. Schep de rest van de garnalen erop. Roer de yoghurt los met de olijfolie en breng het sausje pittig op smaak met zout, peper en chilipoeder. Schep in elk glas een lepel van het sausje.

Tip: ook leuk als buffethapje in kleine borrelglasjes.

Hartige muffins met Hollandse garnalen

Voorgerecht voor vier personen

Ingrediënten:

- 250 g Hollandse garnalen
- 150 g zelfrijzend bakmeel
- 50 g Parmezaanse kaas (geraspt)
- 1 ei
- 150 ml yoghurt
- 3 eetlepels olijfolie
- 25 g verse bieslook (fijngeknipt)
- 1 eetlepel citroensap
- 1 eetlepel yoghurtmayonaise
- 1 eetlepel verse basilicum (fijngehakt)
- 75 g rucola
- zout en versgemalen peper

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200 °C. Hak 50 g garnalen fijn. Roer in een kom het zelfrijzend bakmeel met de kaas, een snufje zout en peper naar smaak door elkaar. Breek het ei erboven en roer de yoghurt, olijfolie, bieslook en fijngehakte garnalen erdoor. Roer tot een stevig beslag. Schep dit mengsel in een muffinvorm met twaalf kleine holtes of in vier papieren cakevormpjes. Bak de muffins in de oven in 15-20 minuten goudbruin en gaar. Klop in een kom het citroensap met de mayonaise, het basilicum en zout en peper naar smaak tot een dressing en schep de garnalen erdoor. Verdeel de rucola over vier borden en zet op elk bord drie kleine muffins of een grote muffin in het midden. Verdeel de garnalen tussen de muffins.

