



Bitterballen & Kroketten

Kroketten van visrestjes



12 STUKS

🕒 60 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 1 tl zeezout
- 90 g visgehakt
- 150 g bloemige aardappelen, fijngesneden
- 40 g lente-uitjes, fijngesneden
- 5 g peterselie, stengels fijngehakt, blaadjes grof gehakt
- 1 snufje chilivlokken, of meer naar smaak
- 1 klein ei
- zwarte peper
- 3 el paneermeel
- olie, om te bakken
- citroenpartjes, om te serveren

MATERIAAL: - koekenpan

ZO MAAK JE HET:

1. Meng het zout met het visgehakt en laat het 15 minuten uitlekken in een vergiet.
2. Stoom of kook ondertussen de aardappelen 10 minuten in een kleine pan tot ze gaar zijn.
3. Giet af en stamp ze fijn met de lente-uitjes, peterselie en chilivlokken.
4. Knijp het vocht uit het visgehakt en roer dit samen met het ei door het aardappelmengsel.
5. Breng op smaak met zwarte peper en eventueel extra chilivlokken; als het mengsel nog wat te nat is, voeg dan maximaal 3 el paneermeel toe, zodat het kneedbaarder wordt.
6. Laat het mengsel minimaal 30 minuten afkoelen in de koelkast.
7. Verdeel het vervolgens in 12 porties en vorm van elke portie met twee eetlepels een rugbybal.
8. Verhit de olie in een kleine koekenpan op middelhoog vuur.
9. Bak de kroketten, zodra de olie heet is, in porties gedurende 3 tot 5 minuten, af en toe omdraaiend, tot ze rondom goudbruin zijn.
10. Serveer warm met de citroenpartjes.

TIP: Het kopen van hele vissen heeft veel voordelen, niet in de laatste plaats omdat je de versheid makkelijker kunt beoordelen aan de hand van de helderheid van de ogen en schubben en de kleur van de kieuwen. Als je een visboer in de buurt hebt, vraag hem dan om de vis te fileren, zodat je zelf niet hoeft te werken. Neem ook de kop en het skelet mee naar huis; zo koop je vis die verser en smakelijker is dan filets, die mogelijk al een paar dagen eerder zijn gesneden. Maak bouillon of de eenvoudige viskroketten van vandaag van het vlees aan de kop en het skelet; er zit vaak veel vlees aan de basis van de staart en aan de boven- en onderkant van de kop. Schraap al het vlees er gewoon af met een lepel.

BRON: theguardian.com