



Pittige makreel in bananenblad - Pepesan dalam daun pisang

gekozen voor makreel. De vis stoom of rooster je samen met de boemboe in bananenbladeren in de oven, waardoor je een smaakvolle en kruidige vis krijgt.

2 personen

⌚ 40 + 30 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍴 1½ ui
- 🍴 1 teentje knoflook
- 🍴 1½ takje Thaise basilicum
- 🍴 2½ el zonnebloemolie
- 🍴 1 el tomatenpuree
- 🍴 2 tl sambal oelek
- 🍴 ½ tl gemalen laos
- 🍴 ½ el vissaus (nam plah)
- 🍴 ½ tl kurkuma (koenjit)
- 🍴 1 el citroensap
- 🍴 1 makreel (heel)
- 🍴 ½ el zout
- 🍴 2 bananenbladeren, eventueel extra*
- 🍴 2 limoenblaadjes (kaffir)
- 🍴 ½ citroen

Zo maak je het:

1. Verwarm de oven voor op 180 °C.
2. Pel en snijd de ui en knoflook fijn.
3. Snijd ook de basilicum fijn.
4. Verwarm 2 el zonnebloemolie in een pan en bak de ui, knoflook en basilicum met de tomatenpuree, sambal, laos, vissaus, kurkumapoeder en de helft van het citroensap op laag vuur.
5. Zorg dat de boemboe in beweging blijft.
6. Laat daarna afkoelen.
7. Spoel de makrelen schoon, verwijder de kop en de graatjes**.
8. Dep de makrelen droog.
9. Wrijf in met zout en besprenkel met het overige citroensap.
10. Vet de bananenbladeren in met de resterende olie.
11. Leg op het blad een makreel en bedek deze van binnen en buiten met de boemboe.
12. Leg op de makreel 2 limoenblaadjes.
13. Maak een pakketje door de bladeren goed dicht te vouwen zodat deze niet meer lekt en de stoom niet kan ontsnappen (vouw eventueel een extra blad er omheen).
14. Plaats het pakketje in de oven en stoom voor 30 minuten.
15. Snijd de citroen in partjes.
16. Haal de pepesan uit de oven, vouw voorzichtig open (kijk uit voor de stoom), verwijder de limoenbladeren en serveer met de citroen.

TIP: Serveer met rijst of andere gerechten van de rijsttafel.

* Bananenbladeren zijn verkrijgbaar bij de toko of speciaal winkels. In plaats van bananenbladeren kan je ook aluminiumfolie gebruiken.

** Je kan je visboer ook vragen om de vis schoon te maken.

BRON: eatertainment.nl



Selamat makan