

INGREDIËNTEN

Voor 2 personen
200 gr kabeljauw(filet)
75 gr bloem
75 gr melk
5 gr viskruiden (met zout)
60 gr fritessaus
2 theelepels kappertjes
1 kleine augurk
1 kleine sjalot (of witte ui)
1 eetlepel gehakte peterselie
zonnebloemolie (minimaal 0,5 liter)

KIBBELING MET REMOULADESAUS

Bevat per portie: Kcal: 352 | Eiwit: 21,7 gr | Koolhydraten: 24,6 gr | Vet: 12,2 gr | Vezels: 1,7 gr

ZO MAAK JE HET

• Doe een flinke laag zonnebloemolie in een pan en laat dit opwarmen tot 180-190 graden.
• Maak de remouladesaus door de fritessaus te mengen met de fijngehakte kappertjes, augurk, sjalot en peterselie. Voeg naar smaak nog wat augurkennat en/of citroensap en peper toe.
• Meng de melk en bloem met de helft van de viskruiden door elkaar tot een glad beslag. Dit beslag zal erg dik zijn, maar dat is de bedoeling.
• Dep de kabeljauw goed droog. Haal alle stukken goed door het beslag, laat ze kort uitlekken en doe ze vervolgens voorzichtig in de hete olie.
• Laat ongeveer vijf minuten bakken totdat de kibbeling mooi goudbruin van kleur is.
• Haal de kibbeling uit de pan en laat even uitlekken op keukenpapier. Strooi de andere helft van de viskruiden erover.
• Serveer de kibbeling met de remouladesaus.

TIPS EN TRICKS

• Ik heb voor dit recept kabeljauwhaasjes uit de vriezer gebruikt. Dat ging (en smaakte) echt prima. Bij kabeljauw uit de vriezer is het wel extra belangrijk dat je het goed droogdept.