



## Visfumet

*Fijne, snelle visbouillon van graten en groenten, de basis voor vissoep, waterzooi en delicate sauzen.*

| VOORBEREIDING | BEREIDEN   | PORTIES  | CATEGORIE            |
|---------------|------------|----------|----------------------|
| <b>15'</b>    | <b>25'</b> | <b>6</b> | <b>Basisrecepten</b> |

## Ingrediënten

- 1 kg visgraten en koppen (van magere witvis)
- 1 ui
- 1 prei (wit deel)
- 1 stengel bleekselder
- 150 ml droge witte wijn
- 1 laurierblad
- 1 takje platte peterselie
- 5 peperbolletjes
- 1,5 l koud water

1 eetlepel neutrale olie

## Bereidingswijze

---

1. Spoel de visgraten en koppen grondig onder koud stromend water. Verwijder alle kieuwen en bloederige resten, want die maken de fumet bitter.
2. Snijd de ui, prei en bleekselder fijn.
3. Verhit de olie in een ruime kookpot op middelhoog vuur. Stoof de groenten een drietal minuten glazig zonder ze te laten kleuren.
4. Voeg de visgraten en koppen toe en laat nog een minuut meestoven.
5. Blus met de witte wijn en laat de alcohol een minuut verdampen.
6. Overgiet met het koude water en voeg het laurierblad, de peterselie en de peperbolletjes toe.
7. Breng de fumet langzaam tegen het kookpunt aan. Schuim regelmatig af met een schuimspaan.
8. Laat de fumet op een zacht vuur maximaal 20 tot 25 minuten zachtjes trekken. Langer koken maakt hem bitter.
9. Zeef de fumet door een fijne zeef of een met kaasdoek beklede vergiet. Gebruik meteen of laat volledig afkoelen en vries in porties in.

### Tip

Gebruik uitsluitend graten van magere witvis zoals tong, tarbot of wijting. Vette vis zoals zalm geeft de fumet een tranige smaak.

---

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)