



Tong meunière

Hele tong gebakken in bruine boter met citroen en peterselie. Een tijdloze Franse bistroklassieker, eenvoudig maar verfijnd.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
10'	12'	2	Vis

Ingrediënten

2 tongen (elk ca. 300 gr), gestroopt en schoongemaakt
60 gr boter
1 el zonnebloemolie
3 el bloem
1 citroen
2 el fijngehakte platte peterselie
zout en peper

Bereidingswijze

- 1.** Dep de tongen grondig droog met keukenpapier en kruid ze aan beide zijden met zout en peper.
- 2.** Strooi de bloem op een plat bord en wentel de tongen erdoor. Klop het overtollige meel goed af.
- 3.** Verhit de zonnebloemolie samen met een klontje boter (ongeveer 10 gr) in een grote bakpan op middelhoog vuur tot de boter licht begint te schuimen.
- 4.** Leg de tongen in de pan en bak ze ongeveer 4 minuten tot de onderkant mooi goudbruin is.
- 5.** Draai de tongen voorzichtig om en bak de andere kant nog 3 tot 4 minuten tot de vis gaar is. Leg de tongen op verwarmde borden en houd ze warm.
- 6.** Veeg de pan schoon met keukenpapier. Doe de resterende boter (ca. 50 gr) in de pan en laat ze op middelhoog vuur smelten tot ze goudbruin kleurt en een nootachtig aroma krijgt.
- 7.** Neem de pan van het vuur en knijp het sap van een halve citroen erbij. Roer de fijngehakte peterselie erdoor.
- 8.** Lepel de bruine botersaus rijkelijk over de tongen en serveer onmiddellijk met partjes citroen.

Tip

Zorg dat de tongen volledig droog zijn voor het bloemeren, anders hecht de bloem niet goed en krijgt u geen knapperig korstje. Werk snel bij het bruinen van de boter: zodra ze goudbruin kleurt en nootachtig ruikt, neemt u de pan van het vuur om aanbranden te vermijden.

Lekker met

Gestoomde of gekookte aardappelen en een eenvoudige groene salade.

Dranktip

Een droge witte Bourgogne of een Chablis past uitstekend bij de fijne smaak van de tong en de rijke bruine boter.