



Hoofdgerechten

Parelhoenfilet met salade van kerstomaten

Voor 4 personen.

Ingrediënten

1 rode ui (in fijne ringen)
500 gram kerstomaatjes (gemengd)
1 theelepel korianderbolletje (gekneusde)
1 theelepel gember (verse, geraspt)
2 eetlepels basilicumblaadjes (fijngesneden)
1 eetlepel munt (fijngesneden)
1 eetlepel witte wijnazijn
1 lookteentje (geplet)
peper
zout
3 eetlepels olijfolie
4 parelhoenfilets

Bereidingswijze

Kruis alle kerstomaatjes in aan de onderkant. Blancheer ze 1 minuut en leg ze daarna in een ijsbad. Ontvel de tomaatjes als ze zijn afgekoeld. Meng er daarna de gemalen koriander, de uienringen, 2 eetlepels olijfolie, gember, munt, basilicum, wijnazijn en het knoflookteentje onder. Verder op smaak brengen met peper en zout en minstens 4 uur afgedekt in de koelkast plaatsen.

Kruid de parelhoenfilets met peper en zout en wrijf ze in met de resterende olijfolie. Ongeveer 2 uur in de koelkast leggen en daarna bakken in een grillpan, 5 minuten aan iedere kant. Serveer de parelhoen samen met de salade van kerstomaten.

