



Hoofdgerechten

## **Skrei met krokante kruidenkorst**

**Voor 2 personen.**

### **Ingrediënten**

2 skrei  
2 theelepels Dijon mosterd  
1 citroen (in schijfjes)  
rucola  
olijfolie  
peper  
zout

### **Voor de worteltjes**

400 gram wortelen (regenboog)  
1 scheutje honing  
100 milliliters water  
40 gram boter

### **Voor het viskorstje**

2 eetlepels parmezaanse kaas (geraspt)  
1 eetlepel peterselie (fijnggehakt)  
1 eetlepel olijfolie  
1 lookteentje  
60 gram panko  
snuifje zout

### **Bereidingswijze**

#### **Voor de worteltjes**

Was en schil de wortelen. Laat wat boter smelten en verdeel de wortelen over de pan.

Voeg het water aan de pan toe en dek af. Laat de wortelen in 15 minuten gaar stoven op een zacht vuur. Hoe dikker je wortelen zijn, hoe langer ze moeten stoven.

Laat de regenboogworteltjes zonder deksel verder uitstoven. Voeg vervolgens de honing toe en breng op smaak met peper & zout.

## Voor de skrei

Verwarm de oven voor op 200°C. Meng alle ingrediënten voor de parmezaankorst onder elkaar.

Kruid de skreifilet met peper en zout besmeer met de mosterd. Verdeel het droge pankomengsel over de bovenkant van de vis en druk goed aan.

Verwarm de olijfolie in een pan op hoog vuur en schroei de vis aan beide kanten aan, zodat het korstje mooi bruin kleurt. Laat de vis nog 5 minuutjes verder garen in de voorverwarmende oven.

Serveer de vis met enkele citroenschijfjes, de regenboogworteltjes en een handje rucola.

### Tip:

Superlekker met deze [pasta in broccolisaus](#).

