

BRITSE VISPASTEI (FISH PIE)

Land: Brits

Maaltijd: Hoofdgerecht

Porties: 4 personen

Bereidingstijd: 40 minuten + 20 min. oventijd

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

- 1 kg kruimige aardappels
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- 1 prei
- 400 gram champignons
- 250 gram tuinerwtjes
- 1 bosje verse peterselie
- 750 gram vis (bijv. een combinatie van zalm en kabeljauw)
- 1 blikje ansjovis
- 40 gram boter
- 40 gram bloem
- 600 ml melk (+ extra voor de puree)
- 2 el kerriepoeder
- 75 gram geraspte cheddar kaas (of andere geraspte kaas)
- 1 el mosterd
- tabasco (optioneel, naar smaak)

WAT GA JE DOEN

Verwarm de oven voor op 200°C.

Schil de aardappels en halveer ze. Kook de aardappelen in een pan met ruim water in ca. 15 minuten gaar, tot je er met een vork gemakkelijk doorheen prikt.

Snipper ondertussen de ui en hak de knoflook fijn. Snijd de prei in ringetjes en de champignons in kwarten.

Verhit een beetje olie in een wok of hapjespan. Fruit hierin de ui op middelhoog vuur ca. 5 minuten aan, voeg dan ook de prei, champignons en knoflook toe. Bak 10 minuten mee.

Snijd ondertussen de vis in stukjes van ca. 2x2 cm. Hak de peterselie fijn. Snijd de ansjovis in kleine stukjes.

Waarschijnlijk zijn je aardappels nu wel ongeveer klaar. Giet af en stamp met een pureestamper tot

puree. Voeg een scheutje melk toe om het geheel wat smeüiger te maken en breng de puree op smaak met de mosterd, peper en zout. Zet opzij.

Nu gaan we de bechamelsaus maken. Smelt de boter in een (steel)pannetje op middelhoog vuur. Voeg de bloem toe en meng met de boter, laat 2 minuten 'meebakken'. Voeg dan de melk toe. Roer steeds goed door met een garde. Na enkele minuten gaat de saus vanzelf indikken. Wanneer de saus de dikte van een dunne vla heeft, is deze goed. Breng de saus op smaak met het kerrievoeder, peper en zout.

Voeg de gehakte peterselie, tuinerwtjes en vis toe aan het groentemengsel en laat 2 minuten meebakken. Voeg dan de kerriesaus toe en roer goed door. Proef, breng het mengsel evt. nog verder op smaak met peper en zout. Voor een beetje pit voeg je wat tabasco toe (naar smaak).

Vet een ovenschaal in met een beetje boter of olie. Schenk hierin het vis-groentemengsel. Verdeel hierover de aardappelpuree. Strooi tenslotte de geraspte (cheddar)kaas over de vispastei.

Bak de vispastei ca. 20 minuten in de oven tot de kaas gesmolten is.

TIPS

- Je kunt de vispastei heel goed van tevoren bereiden. Bewaar tot gebruik in de koelkast en bak de vispastei vlak voor serveren af in de oven (je vispastei komt nu koud uit de koelkast en heeft daarom mogelijk wat meer oventijd nodig.)