



Bulgarije

Kjoefteta ot merloeza

Balletjes van heek

1½ pond heek (als de vis gefileerd is neem je minder: 1 pond)
zout en zwarte peper
peterselie
dille
1 ui
2 eieren
bloem
paneermeel
olie voor het frituren

De vis moet eerst gepocheerd worden. Dat kan in gewoon water met wat zout, maar ook in een court-bouillon, wat de smaak ten goede zal komen. Dat gaat heel eenvoudig zo: zet een pannetje water op het vuur. Daarbij giet je een half glaasje witte wijn, wat zout, een paap geplette peperkorrels en wat fijngehakte ui, wortel en bleekselder of prei. Daar doe je een beetje peterselie, tijm en een laurierblad bij. Laat het een kwartiertje zachtjes koken. Dan gaat de vis er in. Het vocht mag nu niet meer koken, anders wordt je vis droog en akelig. Hou het net tegen de kook aan. De tijd die je vis nodig heeft om gaar te worden hangt af van de soort en de grootte. De bedoeling voor dit gerecht is dat de vis zo gaar is dat je hem met een vork makkelijk van de graten kunt halen.

Zo. Nu heb je gare, zachte en graatloze vis. Prak het visvlees met een vork fijn.

Bak de uien in een beetje olie tot ze zacht zijn. Laat ze helemaal afkoelen. Roer ze dan door de gehakte vis met gehakte dille, peterselie en een snuf peper.

Het is handig om het mengsel in de koelkast (of, als je haast hebt, heel even in de vriezer) te laten opstijven.

Vorm van het vismengsel afgeplatte ballen en rol ze door de bloem, de losgeklopte eieren en het paneermeel. Bak ze aan beide kanten tot ze goudbruin zijn.

Serveer de kroketjes met een salade, een schijfje citroen en een tomatensaus.

Voor een pittige tomatensaus heb je nodig:

1 blik pruimtomaten

1 - 2 tenen knoflook

1 Spaans pepertje

zout en peper

Verhit in een steelpan wat olie en bak daarin de gehakte knoflook een paar minuten. De knoflook mag niet bruin worden, want dan wordt hij bitter. Doe er het blik tomaten bij, het gehakte pepertje (zonder de zaadjes!) en zout en peper. Maak de tomaten stuk met een houten lepel. Breng het aan de kook en laat de saus afgedekt zachtjes pruttelen tot de olie zich van de tomaten scheidt. Dat duurt een half uurtje. Eventueel mag er nog wat basilicum doorheen, of dille en tijm.

Als je niet van gepeperd houdt is hier een andere saus, zoet en met een intense tomatensmaak:

1 blik pruimtomaten

1 ui

1 klont boter

Pel een ui en halveer hem. Doe de inhoud van het blik tomaten in een pan. Als het hele tomaten zijn maak je ze stuk. Doe er een klont roomboter bij, en leg de twee halve uien erin met de snijkant naar beneden. Breng het aan de kook en laat het dan heel zachtjes een half uurtje pruttelen, tot het vet zich scheidt van de tomatensaus. De ui haal je er uit. Die kan weg. Als je het nodig vind kan er nog een beetje zout, en misschien een snufje peper door.