

# Paling



## Hapje

vis

**4 personen**

**Land:** Scandinavië

**Bereidingstijd:** 10 - 20 minuten

**Seizoen:** het hele jaar door



## Ingrediënten

- 2 plakjes roggebrood
- 80 gr gerookte paling
- ¼ komkommer
- 40 gr roomkaas (Dit receptje is ook lekker met ricotta of kruidenkaas)
- 1 handje verse dille
- zwarte peper
- grof zeezout

## Bereidingswijze

1. Prik rondjes uit de komkommer.
2. Snijd de korst van het brood en halveer in 2 gelijke rechthoekjes. Smeer de roomkaas over het brood. Snijd de paling in gelijke stukjes, verdeel over de roomkaas.
3. Werk af met een rondje komkommer en een takje dille. Kruid af met zwarte peper en grof zeezout.

## Tenslotte

Palingen, ook wel alen genoemd, zijn geheimzinnige vissen. Zo is nog niet vastgesteld waar de vrouwtjes hun eieren afzetten. Ook werd er vroeger gedacht dat jonge en volwassen paling verschillende vissoorten waren. Ze zien er namelijk behoorlijk anders uit. Palingen kunnen in zoet en in zout water leven. Als het nat genoeg is kunnen ze zich zelfs over land voortbewegen. Palingen worden op dit moment door overbevissing bedreigd. Ook obstakels tussen zoet en zout water zorgen voor problemen. In 2007 is de paling tot beschermde diersoort verklaard en is er een Europees herstelplan opgesteld. De levenscyclus van de paling begint en eindigt in de Sargassozee, gelegen in de Atlantische Oceaan ten zuiden van de Bermuda-eilanden. Geboren in de Sargassozee, drijven de palinglarven met de Golfstroom af richting Europese en Afrikaanse kust. Een tocht over 7.000 kilometer, waar de larven 2 tot 7 cm lang, ongeveer drie jaar over doen. Op basis van reuk weet de glasaal de weg naar de riviermonding te vinden. De glasaal, die zich langzaam ontwikkelt tot paling verblijft vervolgens ongeveer acht jaar in het zoete water. Tegenwoordig is er ook kweekaal. De kwekerijen hebben echter glasaal nodig, omdat kunstmatige voortplanting van de aal is tot nu toe nog niet mogelijk is. Nu een andere manier van **Paling op brood**. Haal 100 gr gerookte paling een halfuur van tevoren uit de koelkast. Je kunt ze nu verwerken of ze in een ovenschaal leggen en afdekken met alufolie en vervolgens 10 minuten op 175 graden verwarmen. Rooster 4 boterhammen. Meng in een kommetje 1 el volle yoghurt met 2 el mayonaise, 1 el mosterdsaus en 2 el gehakte peterselie. Verdeel het mengsel over de geroosterde boterhammen. Verdeel de gerookte palingfilet over de boterhammen Nu **Palingtartaar uit Scandinavië**. Pel en hak 1 klein uitje fijn. Schil 1 kleine appel en verwijder het klokhuis. Snijd de appel, 200 gr palingfilet en 2 augurken in kleine blokjes. Meng de appelstukjes met de ui, de palingfilet en augurken. Meng 125 ml crème fraîche met 2 el fijngehakte dille en 1 el citroensap. Voeg zout en peper naar smaak toe. Schep in het midden van 4 bordjes een deel van de palingtartaar. Leg 75 gr veldsla om de tartaar heen en schep de dillesaus over de veldsla. Tot slot **Aspergesoep met paling**. Snipper 1 schoongemaakte ui en bak 'm in de soeppan uit in 10 gram boter. Schep de uitgebakken ui uit de pan. Smelt de 40 gram boter, bak hierin 40 gr bloem aan. Giet 1 liter aspergebouillon (zie hiervoor bij Asperges en Aspergesoep) er scheut voor scheut bij. Goed roeren zodat een gebonden soep ontstaat. Drie geschilde asperges in handzame stukjes snijden en ongeveer een kwartier laten mee koken. 500 gr gerookte paling in stukjes snijden en met de uitgebakken ui door de soep roeren. Op smaak brengen met een hand fijngesneden verse bieslook. Eventueel peper en zout toevoegen. Verdelen over vier soepkommen. Lekker met (vers) witbrood.