

# Salmoriglio



## Bijgerecht

saus

**4 personen**

**Land:** Italië

**Bereidingstijd:** voorbereiding: 10 minuten wachttijd: 480 minuten bereiding: 15 minuten

**Seizoen:** november t/m juni ivm de sardines en de zwaardvis



## Ingrediënten

- SALMORIGLIO
- 8 el olijfolie van de eerste persing
- sap van een halve citroen
- fijn zeezout
- 1 teentje knoflook fijngehakt + 1 tl gedroogde oregano
- 1 el fijngehakte bladpeterselie
- SARDIENTJES
- 8 opgeklapte sardines (2 tot 3 gram per stuk), koppen en ingewanden verwijderd

- fijn zeezout
- versgemalen zwarte peper
- 100 gram scamorza (kaas) of gerookte mozzarella, in dunne plakjes
- 1/2 kopje bloem
- 2 grote eieren
- 1/3 kopje volle melk
- 1/2 kopje panko of paneermeel
- plantaardige olie om te bakken
- 1 flinke hand rucola en 1 citroen in vieren voor de garnering

## Bereidingswijze

1. Schik sardines op een snijplank, velkant beneden, breng op smaak met zout en peper. Boven op 4 sardines leg je een laagje kaas, dan daar bovenop de resterende 4 sardines, huid naar boven. Schik pakketjes in een ovenschaal en bedek sardines met bakpapier. Leg hier bovenop iets zwaars. Bijvoorbeeld conservenblikjes of een zware koekenpan. Doe de ovenschaal minstens 1 maar het liefs 8 uur in de koelkast. Neem de ovenschaal uit de koelkast, verwijder het gewicht. Laat sardines op kamertemperatuur komen voor het bakken. Vlak voordat je de sardines gaat bakken, bereid je de saus.
2. Doe olie, citroensap en zout in een kom en klop flink met een garde. Onder voortdurend kloppen voeg je druppelsgewijs 65 ml heet water toe. Voeg de knoflook, oregano, peterselie en royale snuf peper toe en klop weer krachtig. Voeg zoet naar smaak toe.
3. Doe de bloem op een groot bord. In een kom klop je de eieren en de melk. Op een tweede bord doe je de panko. Haal de sardine-pakketjes een voor een door de bloem, ei en tenslotte door de panko.
4. Doe de olie in een grote koekenpan. Verhit de olie op middelhoog tot medium-hoog vuur (olie mag niet roken) en bak de pakketjes sardines goudbruin in ongeveer 3 minuten per kant. Laat op keukenpapier uitlekken en voeg eventueel zout en peper toe.
5. Schik sardines op borden, garneer met rucola en partjes citroen. Klop saus en doe in 4 kleine schaaltes voor het serveren.

## Tenslotte

De naam Salmoriglio stamt af van pekel. Het is een typisch Siciliaanse dressing, die voor een scala aan vlees- en geroosterde visgerechten gebruikt wordt, voor, tijdens en/of na het koken. Vraag aan willekeurige Zuid-Italiaanse koks naar een recept voor Salmoriglio en de kans is groot dat ze allemaal wat anders voorschrijven. Voor **Zwaardvis met Salmoriglio** vet je het rooster van de BBQ in met olie en plaats het op de aangestoken en heel hete BBQ of verhit de licht ingevette grillpan. Maak de salmoriglio zoals boven omschreven. Leg 4 moten zwaardvis van 200 gr op het rooster als het heet is. Voeg een snufje zout toe. Giet de salmoriglio over de vis als deze gaar is en op borden is geplaatst. Rasp tenslotte wat citroenschil over de vis en voeg 1 tl fijngesneden kappertjes toe.