

Tongschar



Hoofdgerecht

Vis

4 personen

Land: België

Bereidingstijd: 30 minuten

Seizoen: juli t/m december



Ingrediënten

- 4 tongscharren schoongemaakt en zonder het vel
- 6 smaaktomaten (Tasty Tom)
- 25 gram hazelnoten of amandelen fijngehakt
- 25 gram Parmezaanse kaas geraspt
- 4 el olijfolie
- 2 el geklaarde boter
- 1 kilo kruimige aardappelen
- 4 tenen knoflook fijngehakt
- 1 el citroensap
- 3 el bloem

- 1 el verse tijm fijngehakt
- 100 ml melk
- zout & peper

Bereidingswijze

1. Snijd de geschilde aardappels in blokjes en kook ze in weinig water met wat zout in 15-20 minuten gaar.
2. Halveer de tomaten, zet ze met de snijkant naar boven in een laag ovenschaaltje. Meng de hazelnoten met kaas, zout en peper naar smaak en verdeel dit over de tomaten. Druppel er wat olijfolie over. Schuif het schaalje 15 cm onder een hete grill en laat de tomaatjes in 6-8 minuten goudbruin kleuren.
3. Knip met de keukenschaar de zijgraten en de kop weg.
4. Wrijf de tongschar in met een paar druppels citroensap en zout. Meng de bloem met de tijm en peper en wentel de filets erdoor.
5. Verhit 2 eetlepels geklaarde boter in een koekenpan met anti-aanbaklaag en bak de tongschar (in gedeelten) in 4-6 minuten mooi bruin en gaar. Keer ze halverwege voorzichtig met een spatel.
6. Verwarm 3 eetlepels olijfolie in een steelpan en fruit de knoflook zachtjes zonder te kleuren.
7. Giet de aardappels af en stamp ze fijn. Roer de knoflookolie en zoveel warme melk erdoor dat een heel smeùige puree ontstaat. Breng op smaak met zout en peper.
8. Schep de knoflookpuree als een bedje op vier warme borden en leg de tongschar er schuin op. Zet de gegrilde tomaatjes ernaast.

Tenslotte

Ondanks zijn naam is de tongschar geen familie van de tong maar behoort de tongschar tot de scholachtigen. Tongschar wordt ook wel neustong genoemd, dit komt door zijn kleine kop en zeer kleine bek met vlezig lippen. Hij is oranjebruin van kleur en heeft een witte onderzijde. Hij kan maximaal 70 cm worden. De tongschar wordt het meest voor de Europese kust van Frankrijk tot Noorwegen gevangen. Wel opletten: er is dus schar en er is tongschar. De ene heet voor de wetenschap *Limanda limanda*, maar ons zwemmende feestvarken hier staat geboekstaafd als *Microstomus kitt*. Hij is te herkennen aan zijn gladde huid, kleine kopje en vooral aan de oranje kleur nabij de kieuwdeksel. Wanneer de prijs van de Noordzeetong de pan uit rijst, is tongschar een interessant alternatief. Belgen eten er naast deze puree ook roergebakken witlof bij. Voor **Bretonse Tongschar** bestrooi je de schar met een beetje zout en bloem. Bak de vis in 15 min in boter aan beide zijden goudbruin en gaar. Neem de vis uit de pan en houd deze warm (in de oven). Voeg aan de bakboter nog wat extra boter toe en fruit hierin 1 gesnipperd uitje boven laag vuur heel licht goudgeel. Meng er 2 el kappertjes, 1 el gehakte peterselie, 1 el citroensap en 100 gr Hollandse garnalen door. Laat het geheel goed heet worden, maar de garnalen mogen niet koken. Schep het garnalenmengsel over de vis.