

Tilapiarolletjes met spinazie en een saus van Hollandse garnaaltjes

Benodigdheden

8 tilapiafilets
Zout en peper
1 bosje dille
20 ml droge witte wijn
Sap van ½ citroen
1 tl witte peperkorrels
1 ui
1 teentje knoflook
2 el olie
750 gr verse spinazie
200 ml slagroom
150 gr Hollandse garnaaltjes
Kurkuma en paprikapoeder

Werkwijze

Dep eventueel de vis droog. Bestrooi ze met zout en peper. Was de dille, schud hem droog en hak hem grof. Strooi hem over de filets. Rol ze op en steek ze vast. Breng 150 ml water, de wijn, het citroensap, wat zout en peperkorrels aan de kook. Zet de rolletjes in het vocht, laat ze op een laag pitje in 6-8 minuten gaar worden.

Was de spinazie en laat hem uitlekken. Pel en snipper de ui en de knoflook. Fruit de knoflook en de helft van de ui in 1 el hete olie in een hoge pan. Voeg de spinazie toe en laat hem in ca. 3 minuten slinken. Breng de spinazie op smaak met zout en peper.

Verhit 1 el olie en fruit de rest van de ui. Neem de tilapiarolletjes uit de fond en houd ze warm. Giet de fond door een zeef bij de ui, voeg de room toe en breng de saus aan de kook. Laat de saus ca. 5 minuten zachtjes koken. Voeg de garnaaltjes toe aan de saus. Roer eventueel voor de kleur een snufje kurkuma en paprikapoeder door de saus. Breng op smaak met peper en zout. Serveer de tilapiarolletjes met de saus en de spinazie.