**Tongscharfilets in krabsaus**

uien

wortelen

prei

selder

knoflook

krabbenscharen

olijfolie  
kervel

witte wijn

cayennepeper

peper en zout

tongscharfilets

boter

vloeiende bloem

krab uit blik

tomaten

lente-ui

Maak eerst een kruidige [**schaaldierenfond**](https://www.creatief-koken.be/basis/2149.htm). Kuis en hak de groenten: uien, wortelen, prei, selder en knoflookteentjes. Breek de krabbenpoten fijn met een vleeshamer. Roerbak dit gruis een paar minuten in olijfolie. Voeg dan de gehakte groenten toe. Meng goed en roerbak nog een paar minuten verder.

Giet er nu een glas witte wijn bij. Vul aan met water tot alle ingrediënten volledig ondergedompeld zijn. Kruid met een snuifje cayennepeper, peper en zout. Dek de pot af en laat een half uurtje sudderen.

Zeef de bouillon door een neteldoek in een vergiet in een propere kookpan.

Breng terug tegen het kookpunt aan en zet dan het vuur laag. Pocheer de tongscharfilets een paar minuten in de bouillon. Laat ze uitlekken en bewaar ze warm tot verder gebruik.

Maak een lichte roux van boter en vloeiende bloem. Verdun deze met soeplepels bouillon tot een mooie, gladde, geelkleurige saus. Controleer de kruiding en corrigeer indien nodig. Voeg eventueel een koffielepeltje kurkumapoeder toe om de kleur te accentueren.

**Andere voorbereidingen.** Laat een blik kwaliteitsvol krabvlees uitlekken. Scheid het vlees uit de scharen van de rest. Ontvel een paar tomaten, haal ze leeg en snijd het vlees op blokjes. Snipper een paar stengels lente-ui.

**Op het bord.** Schep een bodem krabsaus op de borden. Leg daarop een tweetal tongscharfilets. Werk de borden af, naar eigen inzicht en inspiratie, met krabschaarvlees, tomatenblokjes en gesnipperde lente-ui. Werk af met een paar draaien uit de pepermolen en takjes kervel.