**zeebaars met courgette-auberginesaus**

zeebaars

courgette

aubergine

[visbouillon](https://www.creatief-koken.be/basis/6158.htm)

peper en zout

uienpoeder

knoflookpoeder

ansjovisfilets (bokaaltje)  
room

mosterd

tomatenpuree

kurkuma

kappertjes

ui

knoflook

gedroogde tomaatjes

basilicum of peterselie

**De saus.** Schil een paar courgettes en in gewicht ongeveer evenveel aubergines. Snijd deze groenten op schijven. Maak een kruidige [**visbouillon**](https://www.creatief-koken.be/basis/6158.htm). Kook de groenten gaar in een tiental minuutjes. Schep ze uit de kookpot in een ander recipiënt.

Giet er een pollepel van de bouillon bij, een paar ansjovisfilets en pureer. Breng op smaak met peper, zout, uienpoeder en knoflookpoeder. Meng met een paar eetlepels culinaire room, een flinke schep mosterd en een beetje tomatenconcentraat. Accentueer de kleur met een eetlepel kurkuma.

Werk de saus af, die nu dik, smeuïg en fluweelzacht is. Schep er een paar eetlepels uitgelekte kappertjes bij.

**De vis**. Maak eerst de vulling. Snijd een ui en een paar teentjes knoflook fijn. Stoof die glazig in wat boter. Was de buikholte grondig en leg de vis op twee lagen alufolie. Bestuif dat eerst met olijfoliespray. Kruid de buikholte met peper, gedroogde salie en oregano. Schep er de vulling in. Plooi het aluminiumfolie dicht en druk stevig aan.

Zet de vis 40 minuutjes in een voorverwarmde oven op 185°C of zoals hier gebeurd is, op een skottel onder deksel. In dat geval moet je de papillot na 20 minuten omkeren en nog eens zo lang laten garen.

**Op het bord.** Fileer de vis, om het je tafelgenoten makkelijker te maken. Schep een pollepel saus op het bord met daarnaast een stuk vis. Werk af met wat kappertjes, gesneden gedroogde tomaatjes en basilicumblaadjes of peterselie.