**Pladijs met bisquesaus van Noordzeevis**

pladijs (schol)  
boter  
olijfolie  
bloem  
venkel  
ui  
dille  
peper & zout  
postelein  
grof zeezout

grijze garnaal  
peterselie  
tomatenpuree  
prei  
knoflook  
Cognac  
room  
verse tomaten  
koolrabi  
lente-ui

Kerf de donkere velkant in en bestuif de pladijs met bloem. Bak 3 à 4 minuten aan elke kant in ruim veel boter met olijfolie tot het beestje gaar is.

**En dan, beginnend linksboven en verder rechtsom**: grof gesneden venkel en ui, gekruid met dille, peper en zout. Bakken in boter tot de ui bruin kleurt.

**Rechts ervan** postelein, gewoon gewassen en met wat boter in een pan gesauteerd. Het reageert en smaakt als spinazie. Afwerken met grof zeezout en peper uit de molen.

**Daarnaast**: gepelde garnaaltjes, een beetje peterselie voor de kleurtoets en dan de saus.

**Voor de bisque**: maak [**Noordzeevissoep**](https://www.creatief-koken.be/erfgoed/1442.htm). Mix de soep, zeef en laat minstens voor 1/3 inkoken. Voeg tomatenconcentraat, Cognac en room toe en laat nog wat inkoken tot sausdikte.

**Daarnaast op het bord**: tomatenblokjes zonder vel en terug naar boven: koolrabi, op blokjes gesneden en gebakken in de pan met boter. Kruiden met peper en zout. Koolrabi is hier de aardappelvervanger, want dit recept is koolhydraatarm.

Afwerken met wat gesnipperde lente-uitjes.