**Zeetongfilet met garnalensaus**

grijze garnalen
droge witte wijn
[schaaldierenfond](https://www.creatief-koken.be/basis/2149.htm)
tomatenpuree
kurkuma
groentefond
knoflook

zeewier of wakame
cayennepeper
peper & zout
nootmuskaat
zeetongreepjes
vloeiende bloem
boter
spinazie

**Garnalensaus**: mix in de blender gepelde garnalen met een scheutje witte wijn en [**schaaldierenfond**](https://www.creatief-koken.be/basis/2149.htm). Druk deze bereiding door een puntzeef. Breng aan de kook met een lepel tomatenpuree. Kleur met kurkuma en breng op smaak met cayennepeper, peper & zout.

**Spinaziecoulis**: Blancheer de spinazieblaadjes. Giet af en spoel onmiddellijk met koud water onder de kraan. Zo blijft de felle groene kleur bewaard.

Knijp het water eruit en mix de spinazie in een blender met een scheutje groentefond, een teentje look, zout, peper en nootmuskaat.

Wentel de tongreepjes in de bloem en bak ze in boter tot goudbruin.

**Op het bord**: een spiegel van garnalensaus, twee eetlepels spinaziecoulis, een tweetal zeetongreepjes over mekaar. Werk af met, gepelde garnaaltjes, een plukje wakame.