**Gegrilde boekstring**

bakharingen

olijfolie

volkorenbrood

Fileer de bakharingen en haal de resterende graatjes weg met een pincet. Wrijf de filets in met olijfolie. Grill ze aan beide kanten op de barbecue. Snijd dikke sneden brood en besprenkel ze met een beetje olijfolie. Rooster ze aan beide kanten.

Leg de gebakken bakharing op een snee gegrild brood. Dit kan opgediend worden met een frisse salade of ajuinsaus.