**Sudado de corvina**

**ombervis (corvina)**
**zoete aardappelen**
**tuinbonen**
**wortelen**
**prei**
**maïs**
**chilipepertje**
**gele paprika**
**prinsessenbonen**
**witte uien**

**tomaten**
**tomato frito**
**tomatenpuree**
**knoflook**
**citroen**
**witte wijn**
[**visbouillon**](https://www.creatief-koken.be/basis/6158.htm)
**peterselie**
**zacht paprikapiment**
**peper en zout**
**olijfoliespray**
**koriander**

**Voorbereiding van de vis**. Maak een [**visbouillon**](#https://www.creatief-koken.be/basis/6158.htm) of gebruik een klaargemaakt product. Laat de ombervis fileren in de vishandel. Maar vraag om het vel niet te verwijderen. Verwijder thuis zelf de resterende graten uit de filets indien nodig en portioneer de visfilets.

**Voorbereiding van de groenten.** Schil en snijd een zoete aardappel op partjes. Dek af en stoom gaar in een microgolfoven in een tweetal minuutjes. Stoom een handvol tuinbonen gaar op dezelfde manier. Snijd een paar wortelen in dobbelsteentjes. Schil een gele paprika, verdeel verticaal in schijven, verwijder zaadlijsten en wit. Snijd het vruchtvlees in reepjes. Stoom ook al deze ingrediënten gaar.

Snijd een voorgekookte maïskolf op schijven. Schil een tweetal vleestomaten met een dunschiller, verdeel ze in schijven, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees op blokjes. Snijd een paar witte uien op schijven. Stoom ze halfgaar.

Snijd de uiteinden van de prinsessenboontjes weg en zorg ervoor dat ze ongeveer dezelfde lengte hebben. Pel een halve bol knoflookteentjes en snijd ze in flinterdunne schijfjes. Stoom ze afgedekt een half minuutje in de microgolfoven. Doe een handvol peterselie samen met een drietal knoflookteentjes in de blender en mix tot een fijne structuur.

**Bereiding van de vis.** Pocheer de vismoten een paar minuutjes in de hete bouillon, maar zorg ervoor dat deze niet meer kookt. Leg de gepocheerde vis op een bord, verwijder het vel, dek af en zet koel weg. Bewaar het pocheervocht.

**De groenten.** Verhit een droge grillpan. Bestuif de halfgare schijven ui en de maïsschijven met olijfoliespray. Gril ze aan beide kanten tot een mooi grillpatroon zichtbaar wordt.

**De saus.** Voeg aan de bouillon waarin de vis gepocheerd werd volgende ingrediënten toe: een bokaaltje tomato frito, een stukje van een fijngesneden aji amarillo of chilipepertje, een paar eetlepels tomatenpuree een groot glas witte wijn en de mix van peterslie met knoflook.

Kruid met zacht paprikapoeder, een snuifje komijnpoeder, peper en zout. Breng even aan de kook. Bind de saus als je dat wenst met een beetje maïszetmeel opgelost in een scheutje water.

**De afwerking.** Neem een ruime paellapan en giet er de saus in. Voeg alle overige ingrediënten toe en zet de pan op laag vuur. Laat een kwartiertje staan om de bereiding op serveertemperatuur te brengen. Roer af en toe om, zodat alle ingrediënten evenredig opwarmen.

**Op het bord**. Schep een bodem saus in de borden met daarop een paar stukken vis. Werk af met de andere ingrediënten, een schijfje citroen en wat plukjes koriander.