



Tong meunière

Hele tong gebakken in bruine boter met citroen en peterselie. Een tijdloze Franse bistroklassieker, eenvoudig maar verfijnd.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
10'	12'	2	Vis

Ingrediënten

2 tongen (elk ca. 300 gr), gestroopt en schoongemaakt
60 gr boter
3 el bloem
1 citroen
2 el fijngehakte peterselie
1 el zonnebloemolie
zout en peper naar smaak

Bereidingswijze

1. Dep de tongen goed droog en kruid ze aan beide zijden met zout en peper.
2. Strooi de bloem op een bord en wentel de vissen erdoor, klop het overtollige meel er goed af.
3. Verhit de zonnebloemolie met een klontje boter in een grote pan tot de boter licht begint te schuimen.
4. Leg de tongen in de pan en bak ze op middelhoog vuur ongeveer 4 minuten tot de onderkant goudbruin is.
5. Draai de vissen voorzichtig om en bak de andere kant nog eens 3 tot 4 minuten tot ze gaar zijn, leg ze dan op warme borden.
6. Veeg de pan schoon, doe de rest van de boter erin en laat die op middelhoog vuur bruin en nootachtig kleuren.
7. Knijp het sap van een halve citroen in de bruine boter en roer de peterselie erdoor.
8. Lepel de bruine botersaus over de tongen en serveer meteen met partjes citroen en gekookte aardappelen.

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)