

HONDSHAAI

vers opgevist in mei

heerlijke recepten van Willem Hiele

“Wereldwijd wordt 1/3 van ons voedsel verspild. Daarom moedig ik iedereen aan om aan de slag te gaan met minder bekende vissoorten die door onze vissers gevangen worden.”










Willem Hiele
NorthSeaChef
Willem Hiele, Koksijde

Deze maand gaat NorthSeaChef Willem Hiele aan de slag met hondshaai. Hij maakt de vis klaar in zijn restaurant in Koksijde. Tafelen in het omgevormd vissershuisje met open haard voelt een beetje als thuiskomen. Samen met zijn team kiest Hiele voor een authentieke keuken boordevol topproducten uit de streek.

"We moeten leren eten wat de visser vangt. Niet enkel laten vissen wat wij willen eten en al de rest teruggooien."

Wie zijn de NorthSeaChefs?

De NorthSeaChefs vormen een collectief van Belgische chefs die vis van bij ons populairder willen maken. Bezielers Filip Claeys (De Jonkman**) en Rudi Van Beylen (Hof ten Damme) richtten het collectief op in 2011.

Wat doen de NorthSeaChefs?

Ze promoten bijvangst van minder bekende vissoorten die door onze Belgische vissers gevangen worden. Ze gaan overbevissing tegen en promoten vis met een lage ecologische voetafdruk.

Hoe gaan de NorthSeaChefs te werk?

Met creatieve recepten en technische fiches moedigen ze andere chefs en hobbykoks aan om op een verantwoorde wijze aan de slag te gaan met minder populaire vissoorten, zoals hondshaai, rode poon, pieterman, steenbolk en natuurlijk ook wijting, de vis van het jaar 2019.

OP DE GRAAT GEBAKKEN HONDSHAAI, KRUIDENCOULIS EN ZURKELSTAMPERS





INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

160 g kervel
2 norivellen (algen)
500 g spinazie
150 g postelein
5 ml olijfolie
peper en zout

500 g aardappelen
50 ml karnemelk
peper en zout
1 sjalot
1 el zure room
10 g boter
150 g zuring

600 g hondshaai
5 ml ketjap manis

kruidencoulis Dompel de spinazie, postelein, kervel en norivellen onder in kokend water en laat schrikken in ijswater. Mix alles in een blender met een scheut olijfolie, peper en zout (voeg eventueel een scheutje water toe).

zurkelstampers Schil de aardappelen en snijd ze in stukjes. Voeg de karnemelk toe en leng aan met water tot de aardappelblokjes onder staan. Kook de aardappelen gaar en droog ze op het vuur. Snijd de sjalot fijn en voeg toe aan de aardappelen, samen met de boter en zure room. Pureer de aardappelen breng op smaak met peper en zout. Snijd de zuring fijn en voeg toe.

hondshaai Snijd de hondshaai in mooie stukken en bak op de graat in olie of boter tot ze mooi gekleurd zijn. Laat ze daarna ongeveer 5 minuten verder garen in een voorverwarmde oven van 190°C. Verwarm de ketjap manis op een laag vuur. Let op dat de saus niet aanbrandt. Bestrijk nu de hondshaai met de opgewarmde ketjap manis.

afwerking Schep een lepeltje puree op het bord en dresseer er de hondshaai naast. Werk af met wat kruidencoulis. Doe de overige zurkelstampers in een kommetje en lepel ook hier wat kruidencoulis bij. Werk tot slot af met wat verse kruiden.

WINTERSE TAJINE MET HONDSHAAI





INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

250 g hondshaai
1 sjalot
1 teentje look
1 meiraap (boterraap)
1 stuk pompoen van 100 g
50 g erwten
8 aardperen
20 g walnoot
3 g ras el hanout
10 ml olijfolie
peper en zout

tajine Doe een goeie scheut olijfolie in de tajine. Snijd de sjalotten samen met de look mooi fijn en schik ze op de bodem van de tajine. Snijd de meiraap, aardpeer, pompoen en hondshaai in stukken van 2 op 2 cm. Schik alles door elkaar in de tajine en breng op smaak met peper, zout en ras el hanout. Werk af met walnoot. Laat de tajine gedurende 25 à 30 minuten op laag vuur garen.

afwerking Zet de tajine op tafel en eet smakelijk!

HONDSHAAI MET RODE BIET EN TUINKERS





INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

500 g hondshaai
scheut appelazijn
1 bot dille (plantje)
1 sjalot

2 rode bieten
1 el rodewijnazijn
1 el appelazijn
1 steranijs
1 el honing
1 el zure room
zout

2 rode bieten
olijfolie
peper en zout

500 ml
druivenpitolie of maïsolie
150 ml olijfolie
50 g spinazie
1 bot krulpeterselie (plantje)
1 teentje look
peper en zout

50 g tuinkers
2 el zure room

hondshaai Gaar de vis door deze enkele minuten te pocheren in gezouten water met een scheutje appelazijn, enkele takjes dille en een halve sjalot. Laat afkoelen en snijd de hondshaai in stukjes. Verwijder de graat voor het serveren.

rode biet Schil de rode bieten en snijd ze met een mandoline in mooie ronde plakken. Hou nog een halve rode biet over om een brunoise van te snijden. Maak van de rodewijnazijn, appelazijn, honing en steranijs een pekel door deze even op te koken samen met de plakjes fijngesneden rode biet. Meng de tweede helft van de fijngesneden sjalot met de fijngesneden dille en tuinkers. Hou wat van de tuinkers apart om het gerecht af te werken. Meng alles met 1 el zure room en de brunoise van rode biet. Maak van dit alles een lekkere salsa. Met deze salsa vul je de plakjes rode biet op alvorens ze mooi op te rollen.

crème van rode biet Pof de rode bieten 1uur en 10 minuten in een oven van 145° C. Verwijder nadien de schil. Mix met olijfolie en een scheutje water. Kruid af met peper en zout. Zeef nadien tot een gladde massa.

peterselie-olie Mix de olie samen met de look, spinazie en de krulpeterselie. Kruid af met peper en zout. Zeef het geheel en warm het vervolgens op tot 80°C. Zeef nogmaals.

afwerking Lepel de créme van de rode biet op een bord. Plaats de hondshaai op de emulsie samen met enkele cannelloni. Lepel de peterselie-olie rond het gerecht. Werk af met enkele dotjes zure room en tuinkers.

GEGRILDE HONDSHAAI MET BUIKSPEK EN NOORDZEEDASHI

GERECHT VOOR DE HOBBYCHEF





INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

500 g gekonfijt buikspek

250 g jonge wortel
25 g boter
peper en zout

100 g warmoes
boter

2 norivellen
25 g zeewier
500 ml gevogeltebouillon
250 g champignons
1 sjalot

500 g hondshaai

seizoensbloemetjes

buikspek Bak het gekonfijt buikspek kort aan in een pan of kleur eventjes op de grill. Laat het vervolgens even rusten.

wortelen Schil de jonge wortelen en snijd in reepjes. Stoof aan in boter met een scheutje water tot ze gaar zijn. Breng op smaak met peper en zout.

warmoes Stoof de warmoes kort aan in boter en breng op smaak met peper en zout.

dashi Breng de gevogeltebouillon aan de kook met daarin de norivellen, champignons, zeewier en sjalot. Laat ongeveer 30 minuten trekken op een matig vuur en zeef de bouillon.

buikspek Bak het buikspek opnieuw even aan in een pan en snijd in stukken.

hondshaai Snijd de hondshaai in mooie moten en bak aan in wat boter. Grill daarna nog even kort in een hete grillpan.

afwerking Leg het buikspek in een diep bord en schik er de hondshaai en de warmoes op. Schik de plakjes wortel erbij en voeg de dashi toe tot het buikspek bijna onder staat. Werk af met enkele seizoensbloemetjes.

HONDSHAAI smaakkampioen in elk seizoen

Onze vissers voeren jaarlijks zo'n 500 ton hondshaai aan. Je kan hem het hele jaar door eten maar in het voorjaar en het najaar is de aanvoer op zijn hoogtepunt en de smaak op zijn best. Mei is dus een uitstekende maand om voor hondshaai te kiezen.

HONDSHAAI lekkers op je bord

Hondshaai heeft lekker visvlees waar je alle kanten mee op kan. In de volksmond wordt hondshaai ook wel eens zeepaling genoemd. Gebruik deze vis in ragouts of dikke soepen of leg eens een flinke moot op je voorjaarsbarbecue. Originaliteit en smaak troef!

HONDSHAAI uit de noordzee natuurlijk

De hondshaai zwemt met zijn gespierde lichaam over de bodem van de Noordzee. Het is een kleine haaiensoort uit de familie van de kathaaien. Onze vissers vangen hondshaaien meestal als bijvangst van een andere soort. Toch doet deze vis van smaak zeker niet onder voor andere, bekendere vissoorten.

CHECK MEER RECEPTEN OP

WWW.LEKKERVANBIJONS.BE/VIS

Co-financiering Europese Unie

V.U.: Nina Denagtergael · VLAM vzw, Koning Albert II-laan 35 bus 50, 1030 Brussel · www.vlam.be · ontwerp: Kris Huysmans