

vers opgevist in maart

# SINT-JAKOBSSCHELP

PAREL VAN DE ZEE



# SINT-JAKOBSSCHELP

JAN FEB MRT APR MEI JUN JUL AUG SEP OKT NOV DEC

## IN MAART NOG OPPERBEST

Wie sint-jakobsnoot denkt, denkt feestdagen. Wat niet iedereen weet, is dat onze vissers sint-jakobsschelpen vooral van januari tot einde maart bovenhalen. Die ruwe zeebonken weten wat ze doen: tot en met maart zijn coquilles opperbest. Daarna is het seizoen onherroepelijk voorbij. Het paaiseizoen begint en het is weer wachten tot september voor de delicioze sint-jakobsnoten opnieuw in de winkel liggen.

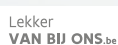
## PAREL VAN DE ZEE

Zacht, verfijnd en combineerbaar met ontelbaar vele andere ingrediënten. Zet sint-jakobsnoot in maart op het menu en je krijgt een seizoensproduct van topkwaliteit op je bord. Daar valt geen schelp tussen te krijgen. Het zachte, witte vlees van sint-jakobsvruchten is fantastisch op de grill, om te pocheren en om te bakken. Ook rauw in een carpaccio zijn ze heerlijk.

## HOU DE TIJD IN HET OOG

Sint-jakobsvruchten bakken of grillen doe je heel kort, binnin mogen ze nog een beetje rauw zijn. Bak je ze te lang, dan worden ze taai en rubberachtig. Het oranje koraal mag je gerust bakken en opeten, maar is bovenal een heerlijke smaakmaker in vissauzen.

[www.lekkervanbijons.be/vis](http://www.lekkervanbijons.be/vis)



# sint-jakobsnoten, tomaat en dragon



🕒 30 min.

12 sint-jakobsnoten ◊ 2 vleestomaten ◊ 4 pruimtomaten ◊ 4 zongedroogde tomaatjes ◊ 1 sjalot ◊ 1 teentje knoflook ◊ handvol dragon ◊ olijfolie ◊ boter, om te bakken ◊ peper en zout

- 1 Pureer de vleestomaat en vang het vocht door een zeefdoek op, knijp er zoveel mogelijk vocht uit.
- 2 Snijd de pruimtomaten, zonder de pitjes in blokjes. Snipper de zongedroogde tomaatjes fijn. Hak de helft van de dragon fijn. Snipper de sjalot en knoflook fijn.
- 3 Fruit de sjalot en knoflook aan in olijfolie. Voeg de gesnipperde zongedroogde tomaatjes toe en laat 8 minuten stoven op zacht vuur. Voeg de tomatenblokjes toe en bak nog 2 à 3 minuten verder. Breng op smaak met peper en zout.
- 4 Bak de sint-jakobsnoten kort in de helft boter en olijfolie. Kruid met peper, zout en de gehakte dragon.
- 5 Schik de sint-jakobsnoten op een bord. Leper er tomatensla rond. Werk af met het gezeefde tomatenvocht en dragonblaadjes.



# sint-jakobsnoot, courgettini en hazelnoot



🕒 30 min.

12 sint-jakobsnoten ◊ 1 sjalot ◊ 1 courgette ◊ 50 g hazelnoten ◊ 150 g zure room ◊ 2 el balsamicocrème ◊ peper en zout ◊ olijfolie ◊ hazelnootolie

- 1 Snipper de sjalot fijn. Hak de hazelnoten grof. Snijd de courgette in spaghetti met een mandoline of spiraalsnijder.
- 2 Meng de balsamicocrème met de zure room en kruid met peper en zout.
- 3 Kleur de sjalot in boter. Voeg driekwart van de gehakte hazelnoten toe en de courgette-spaghetti. Roerbak kort tot de courgette beetgaar is.
- 4 Bak in een andere pan de sint-jakobsnoten kort langs beide kanten in boter. Kruid met peper en zout.
- 5 Schik de courgettini op een bord. Verdeel de sint-jakobsnoten erover. Werk af met de zure room en de rest van de gehakte nootjes.

