KIKKOMAN

Gebakken zeebaars met gember en tomaat

totale tijd **90 min.** **30 min.** voorbereidingstijd **40 min.** kooktijd **20 min.** marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
3.877 kJ / 926 kcal

Vetten: **35 g** Eiwitten: **79 g**
Koolhydraten: **23 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

2	zeebaarzen, elk circa 350 g
3 el	Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi
400 g	cherrytomaatjes
1	sjalot
3 cm	gember
2	stengels bleekselderij
2	knoflookteentjes
50 ml	olie om te frituren
200 ml	witte wijn
4 el	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout
10	Thaise basilicumblaadjes
1 snufje	peper
0,5 tl	suiker

VOORBEREIDING

Stap 1

2 zeebaarzen, elk circa 350 g - **3 el** Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi
Verwijder de schubben van de vis, was hem en maak droog. Kerf de huid van de vis aan beide kanten in met een mes. Bestrijk de vis met de Kikkoman Kimchi Chilisaus en zet apart.

Stap 2

400 g cherrytomaatjes - **1** sjalot - **3 cm** gember - **2** stengels bleekselderij - **2** knoflookteentjes - **50 ml** olie om te frituren
Snijd de tomaten en ui in blokjes. Snijd de gember en selderij in plakjes. Hak de knoflook fijn. Verhit de olie in een pan en bak de vis kort aan beide kanten goudbruin.

Stap 3

200 ml witte wijn - **4 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout - **10** Thaise basilicumblaadjes - **1 snufje** peper - **0,5 tl** suiker
Doe de ui en selderij bij de vis in de pan en bak mee tot ze zacht zijn. Voeg de gember, knoflook en tomaten toe. Giet de wijn erbij en kook tot de alcohol verdampt. Voeg Kikkoman Sojasaus Minder Zout toe en laat koken tot de vloeistof verdampt. Breng ten slotte op smaak met de suiker, peper en vers gescheurde of gehakte Thaise basilicumblaadjes.