Hoofdgerechten / Congo-Kinshasa

Liboke de poisson



Gekruide vis gewikkeld in een bananenblad en gebakken in sintels.

Tijd 65 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 4 stuks Tilapia of karper – heel, gestript
- ☐ 4 stuks Tomaten
- ☐ 6 teentjes knoflook
- ☐ 2 stuks Pili-pili chili
- ☐ 4 stuks Lente-uitjes
- ☐ Zout en peper — naar wens
- ☐ 12 stuks bananenbladeren
- ☐ 2 stuks uien
- ☐ 30 g Gember
- ☐ 2 stuks Citroenen
- ☐ 500 g cassave — om te serveren

Zo maak je het.

01 Snijd de vis aan de zijkanten in en wrijf hem in met zout, peper en citroensap.

02 Maal de knoflook, gember en chilipeper tot een pasta en werk deze in de sneden en de holte.

03 Haal de bananenbladeren boven een vlam, zodat ze soepel worden en niet meer barsten.

04 Leg de plakjes tomaat en ui op een blad, de vis erop, dan nog een keer tomaat en lente-ui.

05 Wikkel drie bladeren in een strak pakketje en bind het vast met een strook van hetzelfde blad.

06 Leg de pakketjes op de kolen en bak ze vijftien minuten per kant.

07 Serveer ze nog in het blad, met gekookte cassave of rijst.

Recept & herkomst UniTools / UniTools — theunitools.com / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Foto: T.K. Naliaka / CC BY-SA 4.0 / UniTools. Uitsnede aangepast voor deze pagina.
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
recipes.dvs-services.be / liboke-de-poisson