Hoofdgerechten / Japan

Miso-gemarineerde zwarte kabeljauw (Gindara Saikyo Yaki)

Zwarte kabeljauwfilets begraven in witte miso en mirin gedurende drie dagen, daarna geroosterd totdat de miso karameliseert tot een lak van bitterzoete umami en de vis eronder zijdezacht en rijk is en bijna oplost bij contact met de tong.

Tijd 4340 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 600 g Zwarte kabeljauwfilets, met vel en graatjes verwijderd
- ☐ 200 g Saikyo (Kyoto wit) miso
- ☐ 60 g Mirin (bij voorkeur Hon Mirin)
- ☐ 45 g Sake
- ☐ 15 g Kristalsuiker
- ☐ 20 g Ingelegde gember (gari), fijngesneden
- ☐ 3 g Yuzu-schil of citroenschil

Zo maak je het.

01 Combineer witte miso, mirin, sake en suiker in een kleine pan op middelhoog vuur. Roer tot de suiker is opgelost en het mengsel glad en licht verwarmd is (niet koken). Haal van het vuur en laat volledig afkoelen tot kamertemperatuur. De marinade moet dik en smeerbaar zijn, iets dikker dan slagroom.

02 Dep de kabeljauwfilets volledig droog met keukenpapier. Bestrijk de vleeszijde royaal met marinade en druk deze in het visoppervlak. Een dun laagje aan de huidzijde is prima. Plaats het in een ritssluitingszak of -container en zorg ervoor dat elk stuk goed bedekt is. Zet 2-3 dagen in de koelkast (72 uur voor het volledige effect). Hoe langer de marinering, hoe dieper de smaak doordringt en hoe dramatischer de miso-lak tijdens het koken.

03 Haal de filets uit de marinade en schraap het overtollige materiaal er voorzichtig af met een lepel of met uw vingers (niet afspoelen). Overtollige miso zal verbranden en niet karamelliseren. Leg het met de huid naar beneden op een met folie beklede bakplaat, licht geolied. Rooster op 15-18 cm afstand van het element gedurende 8-12 minuten, terwijl u voortdurend in de gaten houdt. De miso moet karamelliseren tot een diep gouden mahoniekleur – niet verbrand en niet bleek.

04 Leg elke filet voorzichtig – ze zijn uiterst delicaat – met een brede spatel op een warm bord. Leg een klein stapeltje gesneden ingelegde gember naast de vis. Rasp er een klein beetje yuzu- of citroenschil over. Serveer onmiddellijk met gestoomde rijst en een eenvoudige komkommerazijnsalade om de rijkdom te verminderen.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / miso-black-cod