

Carpaccio van Watermeloen

Ingrediënten 4 pers.

- 1 stuk watermeloen

Marinade:

- 2 el olijfolie
- 1 tl (grof) zout
- 4 knoflooktenen, gesnipperd
- 1 el citroensap
- 1 tl donkere miso of 1 el lichte sojasaus
- 1 tl dijonmosterd
- 2 tl gerookt paprikapoeder
- ½ tl laurierpoeder
- 2 tl edelgist (optioneel)

Garnering:

- Rucola
- Zonnebloempitten (geroosterd)
- Fijne kappertjes
- Dressing:
 - Bakvocht van de meloen
 - 1-2 el olijfolie**
 - 1 el mayonaise
 - 1 tl dijonmosterd
 - Zwarte peper en zout naar smaak

Hulpmiddelen

Vijzel of blender

Keukenpapier

Oven

Bakplaat

Bakpapier (2 vellen)

Zeef

Bereidingswijze

Marinade:

- Vijzel de knoflook met het zout, de olie en citroensap tot een fijne brij.
- Voeg de overige ingrediënten toe en roer goed door.

Carpaccio maken*:

- Verwarm de oven voor op 180 graden
- Snijd de meloen in schijven van ca. 1 cm en snijd het rode vruchtvlees los van de schil
- Dep de schijven aan beide zijden droog met keukenpapier.
- Smeer het vruchtvlees in met de marinade.
- Leg de schijven vruchtvlees op de met bakpapier beklede bakplaat en bak de schijven in 2 x 30 minuten gaar in de oven.
- Keer de schijven na 30 minuten om en vang daarbij het bakvocht op. Gebruik vers bakpapier voor de 2^{de} 30 minuten. Vang ook na de 2^e bakronde het bakvocht op.
- Laat het gebakken vruchtvlees tot kamertemperatuur afkoelen.

Dressing:

- Zeef het bakvocht.
- Roer alle ingrediënten goed door elkaar.

Opmaak:

- Rooster de zonnebloempitten in een droge pan.*
- Maak de borden op met een beetje rucola en leg daarop de carpaccio.
- Besprenkel de carpaccio met de dressing en strooi wat zonnebloempitten en kappertjes losjes over de carpaccio. Eet lekker!

Tips

* Dit kun je ruim tevoren doen, maar wel op de dag dat je de carpaccio gaat eten.

** De hoeveelheid olie is afhankelijk van de hoeveelheid bakvocht die je hebt. De verhouding bakvocht:olie is 1:2. Het bakvocht kun je vervangen door rode wijnazijn.

Ik ben erg fan van edelgist om de umamismaak, die vaak kenmerkend is voor hartige gerechten, te versterken. Het is te krijgen bij natuurvoedingswinkels.

Bron: eigen recept