



Basisrecept kreeft



Dit kan iedereen | 4 personen | Tussen 30 en 45 minuten | Voorgerecht

Maak eerst een court-bouillon: breng het water aan de kook in een grote pan en voeg hierbij grof gesneden ui, wortel, prei, selderij en zout. Laat de court bouillon 10 minuten zachtjes doorkoken.

Breng de court-bouillon aan de kook en doe de kreeft er, head first, in.

Doe een deksel op de pan en laat 7 minuten koken voor een kreeft van 500 gr (plus 2 minuten extra per 100 gr).

Haal de kreeft uit de pan en snijd hem doormidden door het puntje van een groot scherp mes tussen de ogen te steken en daarna de kreeft in de lengte richting doormidden te snijden.

Verwijder het maagdarmkanaal.

Breek de scharen van het lijf en wrik vervolgens het kleinste deel van de schaar los.

Wrik met je hand de gewrichten van de schaar los.

Kraak het dikste deel van de schaar met de kreeftentang (of geeft met de achterkant van een mes een klep op de scharen zodat ze openbreken). Doe dit zorgvuldig, zodat je het vlees heel uit de schaal kunt halen.

Haal het vlees uit de scharen.

De kreeft is nu klaar voor verder gebruik.



Ingrediënten

- 2 verse kreeften
- 3 liter water
- 1 ui
- 1 wortel
- 1 prei
- 1 bos selderij
- 60 g zout

