

Sentse paling



Voor 4 personen

- 1 kg gekuiste paling
- 150 g Palingbier of Augustijn Grand Cru
- 150 g garnalenfond (garnaalkoppen laten trekken met wat water en groentenrestjes)
- 400 g room
- 300 g prei
- 100 g grijze handgepelde garnalen

Paling

Snij de vinnen van de paling. Was deze goed en dep deze droog. Snij de paling in stukken en kruid met zeezout.

Zet de paling, samen met het bier en de garnalenfond, in een pan met deksel op het vuur. Verwijder het deksel als de paling bijna gaar is en laat het kookvocht verdampen tot er nog enkele lepels overschieten.

Voeg de room toe en laat de saus inkoken.

Werk de saus eventueel af met enkele druppels bier en een snuifje cayennepeper.

Prei

Snij de prei in kleine stukjes en was deze. Stooft de prei gaar in een beetje hoeveboter.

Afwerking

Schik de prei in een diep bord. Leg de paling bovenop de prei en giet er wat saus over. Bestrooi rijkelijk met garnaltjes. Garneer naar eigen inspiratie met een takje kruiden, schijfjes prei, stukjes tomaat, een kruidenwafeltje, ...

*Grenzeloos
Genieten*

van paling...



Fietsen waar de krekten spreken ...

Sst ... hoor je dat? De krekten langs deze heerlijke fietstocht spreken echt. Ze fluisteren je de verhalen toe die achter het idyllische waterlandschap schuilgaan.

Een kreek is een overblijfsel van de grote overstromingen van de Westerschelde in de 12de eeuw.

'De krekten spreken' is een thematocht op het fietsnetwerk en bestaat uit een lus van 20 km en een van 35 km.

De tocht start in het centrum van Sint-Laureins.



De thematocht 'De krekten spreken' kost 3 euro en is verkrijgbaar bij de diensten voor toerisme in het Meetjesland of op www.tov.be of www.toerismemeeetjesland.be



Sentse paling

'Sente' of Sint-Laureins, en vooral de deelgemeente Sint-Jan-in-Eremo, heeft een innige band met de paling. Van heinde en ver zakte men af naar het krekengebied van Sint-Laureins om er te genieten van lekkere visgerechten in typische palinghuizen.

De platbodemes waarmee men op paling ging vissen, zijn nog stille getuigen van een rijk visserijverleden. Nog steeds wordt er op paling gevestigd en in de krekten wordt met de regelmaat van de klok paling uitgezet. En sinds kort heeft Sint-Laureins zelfs zijn eigen palingbier. Proef en geniet!



Paling op het menu

Ook vandaag tref je nog steeds een ruim aanbod paling op de menukaarten aan en vind je hier en daar de palinghuizen terug. Geniet van waterzooi van paling, paling in 't groen, een soepje van gerookte paling of gegrilde palingspies.

