



## Captains Plate

### Ingrediënten

\* 1000 gram Rosbief, dunne plakjes van 60 gram (vinkenlapjes)

3 rolletjes per bakje

\* 1000 gram Garnalen gepeld 600200

4 garnalen per bakje

\* 200 gram Zeekraal ( of lamsoor, indien verkrijgbaar)

\* 80 gram Scheid Kruidenolie Saphiro Sunrise 654960

\* 10 gram Scheid Bombay kruidenmelange 657552

\* Plakjes limoen

\* Grillbakje alu 857198 OF

\* Ovenbakje alu 857199

\* Deksel t.b.v. grill/ovenbakje

### Bereidingswijze

---

#### VAV divers

Zwarthoofd 2  
4878 AL Etten-leur  
T: 076 50 43 000  
F: 076 50 43 025

#### Arts divers

De Grens 28  
6598 DL-Heijen  
Gennep, Limburg  
T 0485 - 51 83 88

#### VDB divers

De Hooge Krocht 100  
2201 EZ Noordwijk  
T: 071 40 20 101  
F: 071 40 22 014

- \* Marineer de lapjes en de garnalen met de kruidenolie Saphiro Sunrise en rol op
- \* Leg de helft van de zeekraal op de bodem van het bakje
- \* Leg de rolletjes op de zeekraal en leg tussen de rolletjes de gemarineerde garnalen
- \* Werk af met zeekraal
- \* Het geheel bestrooien met de Bombay kruidenmelange
- \* Leg over het geheel een paar plakjes limoen

Consumentenbereiding:

BBQ: in het grillschaaltje 8 minuten op een dichte bbq

OVEN: in het ovenschaaltje 12 inuten op 180°C

---

**VAV divers**

Zwarthoofd 2  
4878 AL Etten-leur  
T: 076 50 43 000  
F: 076 50 43 025

**Arts divers**

De Grens 28  
6598 DL-Heijen  
Gennep, Limburg  
T 0485 - 51 83 88

**VDB divers**

De Hooge Krocht 100  
2201 EZ Noordwijk  
T: 071 40 20 101  
F: 071 40 22 014