



Fish & greens



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

olijfolie
800 gram visfilets (naar keuze)
4 theelepels italiaanse kruidenmix
1 courgette
500 gram groene asperges (gehalveerd)
2 rode uien (in halve ringen)
1 kopje erwten
1 bosje dille (fijngesneden)
peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Bestrijk een bakplaat of grote ovenschotel met olijfolie. Wrijf de visfilets in met de Italiaanse kruidenmix en breng verder op smaak met peper en zout. Schik de vis op de bakplaat.
- 2.** Snij de courgette in zeer dunne plakjes en rol deze op. Verdeel de courgetterolletjes, de asperges, de rode ui en de erwten rond de vis. Besprenkel opnieuw met olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Zet 25 minuten in een op 200 °C voorverwarmde oven.
- 3.** Werk af met dille.