

Kabeljauw paprika schotel

Wat heb je nodig

200 gram kabeljauwfilet
350 gram aardappelen
1 rode paprika
1 gele paprika
1 ui
15 gram peterselie
1 teentje knoflook

1 theelepel ras el hanout
1 theelepel knoflookpoeder
½ theelepel paprikapoeder
½ theelepel zwarte peper
1 mespuntje cayennepeper
1 mespuntje zout
3 eetlepels olie + olie om in te vetten



Vet een ovenschaal in en zet de oven op 220 graden.
Snijd de paprika's doormidden en haal de zaden er uit.
Was de paprika's en dep ze droog met keukenpapier.
Snijd de paprika's in reepjes.



Pel de ui en snijd hem in plakken.
Snijd de plakken in reepjes.
Pel het teentje knoflook.
Snijd de knoflook in dunne reepjes.



Schil en was de aardappelen.
Snijd de aardappelen in dunne plakjes.
Was de peterselie en dep het droog met keukenpapier.
Snijd de peterselie in stukjes.



Doe de paprikapoeder en de knoflookpoeder in een schaal.
Doe de ras el hanout, zwarte peper en cayennepeper erbij.
Doe het zout en de knoflook ook in de schaal.
Doe de olie en peterselie erbij en meng het goed door elkaar.



Doe de ui en de paprika in een grote schaal.
Doe de aardappelen en de kabeljauw erbij.
Doe het peterselie-kruidentmengsel er ook bij.



Meng alles goed door elkaar.
Haal de kabeljauw uit de schaal en leg ze op een bord.
Scheep het groentemengsel in de ovenschaal.



Leg de kabeljauw bovenop het groentemengsel.
Bedek de ovenschaal met aluminiumfolie.
Zet de ovenschaal in de oven.
Bak het gerecht 60 minuten (tot de aardappelen zacht zijn).