

Kabeljauw schotel

Wat heb je nodig

250 gram kabeljauwfilet (diepvries)

1 ui

2 tomaten

25 gram boter

1 snufje peper

1 mespuntje zout

100 ml water

boter om in te vetten



Zet de oven op 200 graden.
Vet een ovenschaal in.
Snijd de boter in kleine stukjes.



Pel de ui en snijd hem in kleine stukjes.
Was de tomaten en dep ze droog met keukenpapier.
Snijd de tomaten in plakjes.



Doe de gesnipperde ui in de ovenschaal.
Leg de plakjes tomaat op de uien.



Haal de kabeljauwfilet uit de diepvries.
Leg de stukken kabeljauwfilet op een snijplank.
Strooi het zout en de peper over de kabeljauwfilet.



Leg de kabeljauwfilet bovenop de plakjes tomaat.
Leg de stukjes boter tussen de kabeljauwfilet.



Giet het water in de ovenschaal.
Zet de ovenschaal in de oven op het rooster.
Laat de kabeljauw in 50 minuten gaar worden.
Lekker met gekookte worteltjes.
