

Kabeljauw tomaat champignons

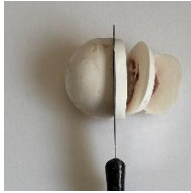
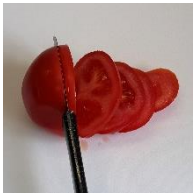
Wat heb je nodig

200 gram kabeljauwfilet
250 gram champignons
1 ui
2 tomaten
50 ml water

1 boullontablet
3 eetlepels ketchup
1 snufje peper
olie om in te vetten



Zet de oven op 200 graden.
Vet een ovenschaal in met een klein beetje olie.
Pel de ui en snijd de uiteinden eraf.
Snijd de ui in kleine stukjes.



Was de tomaten en dep ze droog met keukenpapier.
Snijd de tomaten in plakjes.
Maak de champignons schoon en snijd de steeltjes eraf.
Snijd de champignons in dunne plakjes.



Doe de stukjes ui in de ovenschaal.
Verdeel ze goed over de bodem.
Leg de kabeljauwfilet er bovenop.



Strooi de peper over de kabeljauw.
Leg de plakjes champignons op de kabeljauw.
Verdeel ze goed over de vis.



Leg de plakjes tomaat op de champignons.
Verdeel ze er goed over.
Verkruimel de boullontablet.
Strooi de kruimels over de tomaat.



Doe de tomatenketchup in een schaalje.
Schenk het water erbij.
Roer het goed door elkaar tot een sausje.
De ketchup moet helemaal opgelost zijn.



Schenk het sausje over de tomaten.
Zet de ovenschaal in de oven.
Bak het in 30 minuten gaar.
Lekker met gekookte aardappelen en broccoli.