

Snelle maaltijd met kabeljauwfilet, wortelen en aardappelpuree

Recept voor 1 persoon

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten:

200-250 gram wortelen

100 gram kabeljauwfilet

15 ml vloeibaar bak- en braadvet

peper, zout

150 gram kant- en klare aardappelpuree

bieslook, peterselie

Bereiding:

1. *Rasp de wortelen. Kook de wortelen in 15 minuten gaar.*
2. *Bak ondertussen de kabeljauw in het vloeibare bak- en braadvet eerst 5 minuten aan de ene kant en vervolgens 5 minuten aan de andere kant. Maak de kabeljauw op smaak met peper en zout.*
3. *Maak ondertussen ook de aardappelpuree volgens de aanwijzingen op de verpakking.*
4. *Maak de bieslook en peterselie schoon en snijd ze fijn. Roer de bieslook en peterselie vervolgens door de aardappelpuree.*