



Mediterrane pittige vis met sinaasappel en olijven

2 PERSONEN

🕒 25 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 ½ el delicious.rub voor vis
- 🍴 50 ml olijfolie extra vierge
- 🍴 2 witvisfilets van 180 g elk bijv. kabeljauw
- 🍴 ½ el fijne kristalsuiker
- 🍴 1 el granaatappelmelasse*
- 🍴 mespuntje chilipoeder
- 🍴 mespuntje gemalen komijnzaad
- 🍴 mespuntje kaneel
- 🍴 1 sinaasappels
- 🍴 3 radijzen in plakjes
- 🍴 20 g grof gehakte pistachenoten
- 🍴 60 g zwarte olijven
- 🍴 takjes waterkers en Oost-Indische kers* of cress voor erbij

MATERIAAL: koekenpan

ZO MAAK JE HET:

1. Roer de visrub door 1 el olijfolie en zout naar smaak.
2. Wentel de visfilets erdoor en leg ze op een bord.
3. Mix in een kom de suiker met de granaatappelmelasse, specerijen en 2 el olijfolie.
4. Blijf roeren tot de suiker is opgelost en zet opzij.
5. Schil de sinaasappel tot op het vruchtvlees, snijd ze in dunne ronde plakken en verdeel ze over de borden.
6. Strooi de radijs, pistachenoten, olijven en waterkers erover.
7. Verhit 1 el olie in de koekenpan op middelhoog vuur.
8. Bak de vis in 2-3 min. aan elke kant goudbruin en gaar.
9. Leg op elke salade een stuk gebakken vis, garneer met de waterkers, de Oost-Indische kers en sprenkel de dressing erover.

TIP: Granaatappelmelasse koop je bij winkels met Midden-Oosterse producten of delicatessenzaken.

TIP: Eetbare bloemen zijn te koop bij goed gesorteerde groentewinkels.

BRON: deliciousmagazine.nl

