



Mediterrane vispakketjes met krieltjes en venkelsalade

2 PERSONEN

🕒 10 + 15 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 500 g krieltje (gehalveerd)
- 🍴 1 citroen
- 🍴 1 venkelknol (ragfijn gesneden)
- 🍴 2 kabeljauwfilets
- 🍴 3 el peterselie (fijnggehakt)
- 🍴 3 el kappertjes
- 🍴 3 el olijfolie
- 🍴 1 takje peterselie (grof gehakt)

MATERIAAL: aluminiumfolie, bakplaat of ovenschaal

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Kook de krieltjes in circa 10 minuten gaar in water met zout.
3. Giet af en houd warm.
4. Leg intussen 2 stukken aluminiumfolie klaar, snijd een halve citroen naar smaak in plakjes en leg in het midden van elk stuk folie een paar plakjes citroen.
5. Verdeel de helft van de gesneden venkel erover.
6. Leg steeds 1 kabeljauwfilet erop en bestrooi met 1 el peterselie, 1 el kappertjes, 1 el olijfolie, zout en peper.
7. Vouw de pakketjes goed dicht, leg op een bakplaat of in een ovenschaal en gaar circa 15 minuten in de oven, afhankelijk van de dikte van de filets.
8. Maak de overige venkel aan met het sap van de andere ½ citroen, de overige olijfolie, peterselie en een snuf zout.
9. Serveer de vispakketjes met de krieltjes en venkelsalade.

BRON: boodschappen.nl

