



Tajine van kabeljauw met venkel en groene kruiden

2 PERSONEN

⌚ 60 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍷 375 g kabeljauwfilets
- 🍷 15 g koriander
- 🍷 15 g platte peterselie
- 🍷 1½ teentje knoflook (gepeld)
- 🍷 2 el citroensap
- 🍷 1 tl paprikapoeder
- 🍷 ¼ tl komijnpoeder (djinten)
- 🍷 2 stengels bleekselderij (in boogjes)
- 🍷 ½ wortel (in plakjes)
- 🍷 ½ venkelknol (in smalle ringen)
- 🍷 250 g zoete aardappels (in dunne plakken)
- 🍷 scheutje groentebouillon
- 🍷 65 g cherry-/kerstomaatjes

Materiaal: tajine of braadpan met goed sluitende deksel

Zo maak je het:

1. Dep de vis droog.
2. Pureer de koriander, peterselie, knoflook, citroensap, paprika- en komijnpoeder, zout en peper tot een dikke pasta.
3. Bestrijk de kabeljauw aan beide kanten met de helft van dit mengsel en laat 15 minuten intrekken.
4. Leg de bleekselderij, wortel en venkel op de bodem van een tajine of braadpan.
5. Bestrooi met zout en peper en leg de plakken zoete aardappel er dakpansgewijs op.
6. Meng de rest van het kruidenmengsel met een scheutje bouillon en giet over de groenten en aardappels.
7. Stoof zachtjes 20-25 minuten, tot de aardappels bijna gaar zijn.
8. Leg de kabeljauw en tomaatjes erop en stoof nog 12-15 minuten verder.

TIP: Lekker met rijst of quinoa.

BRON: boodschappen.nl

