

Gebakken kabeljauw in pittige olijfolie

Benodigheden voor 4 personen:

- 1 stokbrood
- 6 tomaten
- 6 el sladressing naturel
- ca. 500 gr kabeljauwfilet
- 2 teentjes knoflook
- 1 rode peper
- 15 gr. verse peterselie
- 8 el olijfolie extra vierge

Bereiding:

- tomaten wassen, in plakjes snijden en met dressing mengen
- kabeljauw met mespunt zout bestrooien
- knoflook pellen en snipperen
- peper schoonmaken, zaadjes verwijderen en peper fijn snijden
- peterselie fijnhakken
- in koekenpan olie met knoflook en rode peper zacht verhitten
- kabeljauw toevoegen en in 8 min. gaar bakken
- vis uit pan nemen en peterselie door bakvet roeren
- bakvet over is schenken
- vis met tomatensalade en stokbrood serveren