DINNERLY

Krokante vis met broccoligratin

en geroosterde aardappelwedges

ca. 35min 2 personen

Dieses Gericht fühlt sich an wie eine wärmende Umarmung – nicht zuletzt, weil die Kartoffelspalten und das Brokkoligratin frisch aus dem dampfenden Ofen kommen – und schenkt dir beim Essen wohligen Genuss. Der Brokkoliauflauf kommt mit einer cremigen, herzhaft gewürzten Sauce und einer käsigen Knusperkruste daher, die Ofenkartoffeln sind schön goldbraun und der panierte Fisch herrlich kross. Couch, wir kommen!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje aardappelkruiden
- 2 pofaardappels
- 1 broccoli
- 1 sjalotje
- 1 blokje harde kaas [7]
- 25g panko [1]
- 2 kabeljauwburgers [1,3,4,7]

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 75ml melk [7]
- 2el boter [7]
- 2el mayonaise [3]
- 2el bloem [1]
- 1tl zout
- 2el plantaardige olie

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine ovenschaal
- kleine kookpan
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- garde

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), vis (4), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 977kcal, vet 52.5g, koolhydraten 244.2g, eiwit 31.9g

1. Sauce köcheln

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 75ml Milch mit 125ml Wasser verrühren. 2EL Butter in einem kleinen Topf bei niedriger bis mittlerer Hitze schmelzen lassen, die **½ der Gewürzmischung** und 2EL Mehl zugeben und mit einem Schneebesen zu einer Paste verrühren. Die Milchmischung nach und nach angießen und die **Sauce** unter Rühren eindicken lassen. Mit ½TL Salz würzen.

2. Kartoffeln backen

Die **Kartoffeln samt Schale** in Spalten schneiden und mit 1EL Pflanzenöl, der **restlichen Gewürzmischung** und ½TL Salz vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen und im Ofen 25–30Min. goldbraun backen, nach der Hälfte der Backzeit einmal wenden.

3. Brokkoli vorbereiten

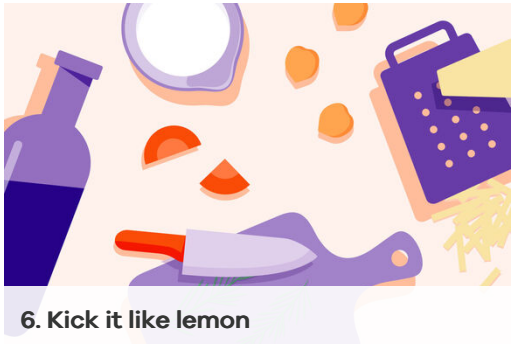
Eine kleine Auflaufform (ca. 20x15cm) ca. 0,5cm hoch mit Wasser befüllen. Den **Brokkoli** in kleine Röschen schneiden und soweit möglich aufrecht stehend in der Form verteilen, dann gleichmäßig mit der **Sauce** aus Schritt 1 übergießen.

4. Gratin backen

Die **Schalotte** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Käse** reiben. Den **Brokkoli** mit dem **Käse**, der **½ des Paniermehls** und den **Schalotten** bestreuen und das **Gratin** im Ofen 18–22Min. backen, bis der **Brokkoli** gar und die **Käsekruste** goldbraun ist.

5. Fisch braten

Die **Fischburger** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite 3–4Min. anbraten, bis sie goldbraun und knusprig sind. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die **Fischburger** mit den **Kartoffelspalten** und dem **Brokkoligratin** anrichten und servieren, je 1EL Mayonnaise als Dip dazu reichen.



6. Kick it like lemon

Was passt zu Fisch wie die Faust aufs Auge? Richtig, Zitrone! Wer also noch eine der gelben Früchte zuhause hat, kann sie in Scheiben schneiden und frisch über den knusprigen Fisch träufeln. Auch dem reichhaltigen Gratin gibt die Zitrone einen angenehmen Frischekick.

Vragen over de bereiding of over het recept? Jouw kookhotline: **030 808 11 85**
Bekijk de receptkaart online in je account op www.dinnerly.nl **#dinnerly**