

DINNERLY



Express+ Tagliatelle met malse kabeljauw met tomaat en citroen-kappertjessaus



binnen 20min



2 personen

Volle smaak vooruit! Dat zou het motto van dit gerecht kunnen zijn, want met slechts een paar ingrediënten wordt hier iets wonderbaarlijk lekkers gecreëerd. Malse vis bakken we goudbruin in een aromatisch mengsel van knoflook en kruiden. We serveren de vis op tagliatelle in een boterige saus met frisse citroen, verse tomaten en pittige kappertjes. Eet smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g tagliatelle¹
- 1 onbehandelde citroen
- 1x kabeljauwstukjes⁴
- 1 zakje knoflook-kruidentmix
- 3 tomaten
- 1 zakje kappertjes
- 1 zakje groentebouillonpoeder

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 3el boter⁷
- 4tl bloem¹
- peper en zout

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

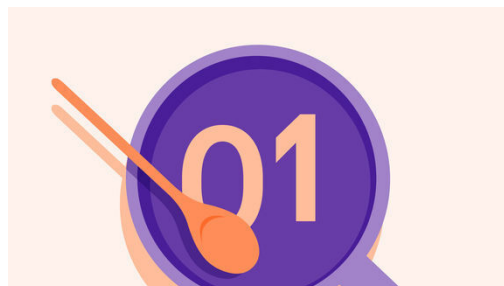
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

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

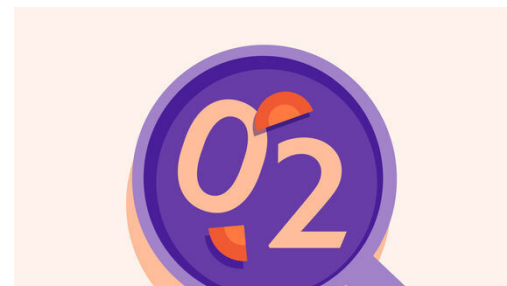
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 698kcal, vet 20.9g, koolhydraten 93.0g, eiwit 36.0g



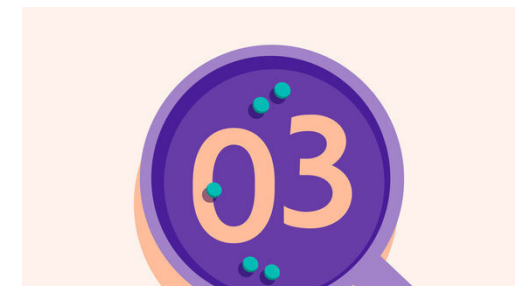
1. Ingrediënten voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Pers de **citroen** uit. Dep de **vis** droog met wat keukenpapier en kruid met peper en zout. Meng 1el bloem met de **kruidentmix** en wentel de **vis** er gelijkmatig doorheen.



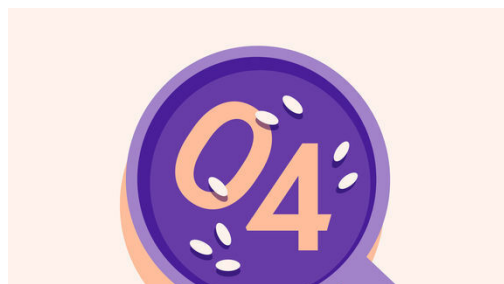
2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-8min beetgaar. Schep **200ml kookwater** uit de pan en hou dit apart. Laat de **pasta** dan uitlekken in een vergiet.



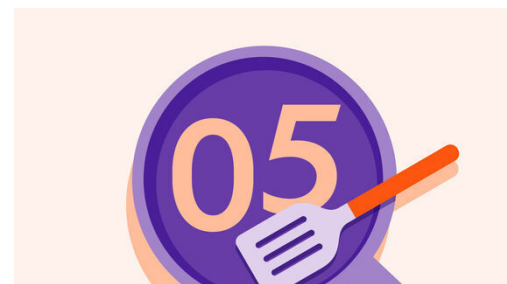
3. Vis bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog tot hoog vuur met 1el boter. Bak de **vis** 3-6min, schep af en toe om. Neem de **vis** uit de pan en zet opzij, de pan gebruiken we zo weer. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snij in blokjes van ca. 2cm.



4. Saus koken

Verhit dezelfde pan op hoog vuur met 2el boter. Voeg de **tomaten**, het **citroensap**, de **kappertjes**, de helft van het **bouillonpoeder**, **100ml pastawater** en 1tl bloem toe. (De **rest van het bouillonpoeder** gebruiken we hier niet.) Laat de **saus** onder voortdurend roeren 3-5min sudderen tot ie indikt.



5. Afmaken en serveren

Schep de **pasta** en **vis** door de **saus** en verwarm ca. 1min. Roer evt. nog een scheutje **pastawater** door de **saus** tot de gewenste consistentie bereikt is. Proef en breng verder op smaak met peper en zout en serveer.



6. Subtiel groen

Dit gerecht wordt nog frisser en aromatischer als je verse basilicum versnipperd en over de pasta strooit voor het opdienen, mmmh!