



Wolfsbaars in bakpapier

Recept van V-ZUG N.V.



Bereiding	20 Mins
Gaartijd	12 Mins
Porties	4
Apparaat	Combair SE vanaf 2015

Bereiding

2 tomaten
1 paprika, groen, lang
1 ui, rood
1 citroen
4 wolfsbaarsfilets, à ca. 130 g
4 laurierbladen
¼ bosje peterselie
4 el boter
zout
peper

De tomaten blancheren, schillen en in schijfjes snijden. De paprika in fijne stroken snijden. De ui schillen, halveren en in schijfjes snijden. De citroen wassen en met de dunschiller fijne schijfjes van de schil schillen. De peterselie grof hakken. Alle groenten met uitzondering van de tomaten met elkaar mengen, de citroenschil en de peterselie toevoegen en met zout en peper kruiden.

Ovenruimte tot 200 °C op Hot air (voor)verwarmen

Vier grote vellen bakpapier neerleggen. Enkele tomatenschijfjes ter grootte van de wolfsbaars op een helft van het bakpapier verdelen, de groenten erover verdelen en elk één laurierblad toevoegen. Op ieder groentebedje een wolfsbaarsfilet leggen.

De wolfsbaarsfilets met zout en peper kruiden. Tenslotte een paar stukjes boter op de vis leggen.

De bovenste helft van het bakpapier op de onderste helft leggen en de randen goed afsluiten.

De wolfsbaarspakjes op de bakplaat leggen en in de voorverwarmde gaarruimte schuiven. Garen.

Put the food in

Hot air 200 °C gedurende 12 Mins





Tips

Indien beschikbaar kan voor het schillen van de tomaten de bedrijfsmodus «Tomaten blancheren» in EasyCook worden gebruikt.

Accessoires

Bakplaat

Aanvullende informatie

Gecreëerd op 11.12.2019

