



## Geroosterde kabeljauw

**Personen:** 4

**Bereidingstijd:** 30 minuten

### Ingrediënten:

- 4 tenen knoflook, geperst
- 1 eetlepel verse peterselie, fijngehakt
- 1 eetlepel olijfolie
- 4 kabeljauwfilets van elk 100 gram
- 2 citroenen, in dunne plakken
- 10 (verse) laurierbladeren
- Zout en peper
- 16 tros tomaatjes
- 160 gram ongekookte zilvervliesrijst

### Bereiding:

- Verwarm de oven voor op 220°C. Meng de knoflook met de peterselie, olie en wat zout en peper. Wrijf de visfilets in met dit mengsel en laat dit 10 minuten intrekken.
- Verdeel de plakken citroen en laurierbladeren over een bakplaat en leg de visfilets erop. Leg ook de trostomaatjes op de bakplaat. Bak de vis 8-10 minuten in de oven tot ze net gaar en een beetje gebruind zijn.
- Bereid ondertussen de zilvervliesrijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- Serveer de vis samen met de zilvervliesrijst en geroosterde tomaatjes.