In komijn gebakken vis met kikkererwten en venkel

Tweepersoons

Ingrediënten
1 prei
1 citroen
2 teentjes knoflook
1 blik kikkererwten
2 venkel
5 gr gemalen komijn
1 rode chilipeper
2 x 180 gr kabeljauwfilets
1 bosje koriander
5 eetlepels olijfolie
zout en peper

Bereiding
Snijd de prei in tweeën over de lengte. Was onder koud stromend water en snijd in dunne reepjes. Snijd de knoflookteentjes fijn. Rasp de schil van een halve citroen en giet het vocht van de kikkererwten af en spoel ze onder stromend koud water. Snijd de venkel in reepjes. Snijd de chili fijn.

Verwarm een koekenpan op medium vuur met 3 eetlepels olijfolie en bak de prei ongeveer 3 minuten. Voeg de citroenrasp, chilipeper naar smaak en knoflook toe en bak nog 1 minuut.

Voeg de kikkererwten en venkel toe en bak ongeveer 5 minuten. Verwarm een koekenpan op medium vuur met 2 eetlepels olijfolie, bestrooi de vis met zout, peper en komijnpoeder.

Bak de vis aan elke kant 2-3 minuten. Snijd de koriander fijn en meng het door de kikkererwten met zout en peper. Verdeel de kikkererwten over 2 borden, leg een stukje vis bovenop en serveer met de resterende partjes citroen.

AMSTERDAM FLAVOURS V.O.F.
PAZZANISTRAAT 7, 1014 DB AMSTERDAM
WWW.AMSTERDAMFLAVOURS.COM

PHONE +31-6-17354009 **MAIL** BERNADETTE@AMSTERDAMFLAVOURS.COM
KVK 62869477 **BTW** 8549.91.463.B.01 **IBAN** NL32ABNA0569095395