



Hoofdgerechten

Bijgerechten

Gevulde visrolletjes met broccoli en asperges

Voor 4 personen.

Ingrediënten

75 gram parmezaanse kaas
400 gram witte asperges
200 gram kruidenkaas
2 eetlepels olijfolie
Italiaanse kruiden
4 kabeljauw (filets)
1 broccoli
1 ei
peper
zout

Bereidingswijze

Kook de broccolirosjes 5 minuten in gezouten water. Laat goed uitlekken en wring uit met behulp van een kaasdoek. Laat afkoelen en kook intussen de asperges 4 minuten zachtjes in gezouten water. Snij zowel de broccoli als de asperges fijn.

Doe de broccoli, de asperges, het ei, de kruidenkaas en de parmezaan in een kom. Kruid met peper, zout en Italiaanse kruiden. Goed mengen.

Verwarm de oven voor op 180°. Halveer elke kabeljauwfilet in de dikte, zodat je van elke filet 2 dunne lapjes maakt. Dep droog met keukenpapier. Verdeel de vulling over de filets, rol op en zet vast met een tandenstoker.

Verhit de helft van de olie in een pan en bak hierin de visrolletjes in 10 minuten gaar, met de deksel op de pan. Verwijder op het einde de deksel, zodat ze een bruin randje krijgen.

Lekker met een beetje balsamico.

Keukenbenodigdheden

Oven

