

Cotriade van vis met babygroenten



2 mensen

5 min voorbereiding

5-10 min koken

De ingrediënten

- 1 1/2 blik (400 g)** belle-iloise vis cotriade
- 50 g** gemengde julienne groenten (wortelen, courgettes, selderij)
- 1 scheutje** olijfolie

De fasen

- 1- Bak de julienne-groenten een paar minuten in een koekenpan of wok met een drupje olijfolie
- 2- Verwarm tegelijkertijd al roerend de cotriade zonder te koken
- 3- Serveer de julienne groenten beetgaar in de cotriade. I dente dans la cotriade