

Ovnstegt torsk med bagte grøntsager

Denne ret blev fremstillet som forret på "hapser"

Ingredienser

600 gram torskefilet

3 spsk basilikumpesto

6 store tomater

1 lille squash

1 stor rød peber

1 stor gul peber

1 stort løg

2 spsk olivenolie

1 spsk tørret timian eller basilikum

salt og peber



Fremgangsmåde

Skær tomaterne i halve, squash i skiver, peberfrugten i strimler og løget i tynde både. Læg grøntsagerne i et ildfast fad. Dryp olivenolie over, og krydr godt med timian eller basilikum, salt og peber. Skær torskefileterne i 6 cm brede stykker. Smør pestoen på hvert stykke, drys herefter salt og peber på og bred torskestykkerne ud på grøntsagerne. Stil herefter retten i en forvarmet ovn på 225 grader. Retten skal stå i ovnen i 20 minutter. I de sidste 5 minutter sættes der flutes i oven. Det skal bruges som tilbehør.