

Recept



4 porties : Laagjes :

Risoni 7 minuten gekookt
(= wat men noemt Griekse/Turkse rijst, maar is een deeg)



Vis :

2 stukjes kabeljauwfilets
2 stukjes zalm
Mantelschelpjes (Delhaize)
12 scampi's



Gestoomde diepvries Wok groenten mix v Colruyt
+ 2 preien
+ 1 groente bouillonblokje Knorr
+ 2el Ajvar (extra pikant – Tevhid) aangestoomd met wat olijfolie tot beetgaar.





Knorr Kreeftensoep met
= hoeveelheid melk
1.5 teentje look
Peterselie
Paprikapoeder
1 bouillonblokje vis fond Knorr

Oven : 180°C – 40 minuten



Bron

Martine Lycke

23/04/2015
