

Ingrediënten en Recept



120 g risoni
al dente garen

Restjes
2x prei
2x venkel
1 stengel selder
2 teenjes look

Aanstoven in grote wok

Met 1 grote eetlepel nam
pla (vissaus)
Uisnippers
Straffe paprika



Kabeljauw ontdooien in microgolf
Besprenkelen met citroensap, straffe paprika en mosterd
Inktvis ontdooien en in stukjes snijden

Laagjes maken

Risoni
Venkel/preimengsel
Vis : kabeljauw, inktvis en garniaaltjes en wat zout
Bechamelsaus



Oven : 200°C – 30 minuten

Bron

Martine Lycke

08/12/2015
