

## Rösti met citroenkabeljauw

**Voedingswaarden per portie:**

**390 kcal 30 g eiwit**

**11 g vet 41 g koolhydraten**

**Bereidingswijze** Oven voorverwarmen op 200 °C. **100 gram komkommer** en **1 stengel bleekselderij** in dunne repen snijden en over de bodem van een met **vloeibare boter** ingesmeerde ovenschaal strooien. Leg **125 gram kabeljauw** op de groentereepjes en bestrooi het met **1 theelepel peterselie** en  $\frac{1}{2}$  **eetlepel citroensap**. Op smaak brengen met **peper**. Dek de schaal af met aluminiumfolie of een ovenbestendige deksel en bak de vis circa 25 minuten in de oven.

Schil **175 gram (vastkokende) aardappelen** en kook deze 10 minuten. Laat de aardappelen afkoelen en rasp ze grof boven een schaal.

Snijd **1 sjalotje** klein. **1 theelepel selderij**, **1 theelepel peterselie** en **1 theelepel dille** kleinsnijden. De geraspte aardappelen, sjalot, kruiden en **peper** mengen.

De rösti goed aandrukken, omdraaien en 20 minuten bakken in **1 eetlepel olie**.

**Variaties bleekselderij:**

- prei
- tomaat
- paprika

**Variaties magere vis:**

- tilapia • forel
- kabeljauw • koolvis
- schol • tonijn

**Suggestie:**

De rösti kan in zijn geheel worden gebakken, maar ook als aparte 'koekjes'.